Die Haut und das Haar.

Ihre Pflege und ihre kosmetischen Erkrankungen

von

Dr. med. F. E. Clasen,

Spezialarzt für Hautkrankheiten in Hamburg.

Nebst einem Anhang über die Pflege der Zähne

von

Dr. Wilh. Sachs.

Vierte, mit der dritten gleichlautende Auflage.

Stuttgart, 1892.

Verlag von D. Gundert.

Druck der Stuttgarter Vereins-Buchdruckerei.

Vorwort zur ersten Auflage.

Die Kosmetik kann man mit einem verwahrlosten Kinde vergleichen, welches seinen Eltern — der wissenschaftlichen Medizin und Pharmazie — entlaufen, nirgends eine rechte Heimat hat. Mit ihrer Loslösung von ihrem eigentlichen Ausgangspunkt hat sie auch alle ursprüngliche Kraft und Originalität verloren und leistet in ihrer jetzigen Gestalt, der industriellen Kosmetik, auch denen, die von ihren Diensten Gebrauch machen, nur trügerischen Nutzen. Dieser industriellen Kosmetik, mit ihren teils schablonenhaft, teils geradezu betrügerisch fabrizierten Schönheitsmitteln, steht ein ebenso gedankenloser Gebrauch dieser letzteren von seiten des Publikums gegenüber, dem es nicht darauf ankommt, mit der erborgten und erkünstelten Schönheit von heute die wirkliche und wesentliche Schönheit des Körpers von morgen und das worauf sie beruht, die Gesundheit, zu untergraben. Man darf indessen nicht zu hart urteilen: die Wenigsten wissen, was sie thun, oder was sie thun sollen; es sagt ihnen das niemand. Die vorliegende Schrift möge man betrachten als die im Zusammenhang gegebene Antwort des Verfassers auf die seit einer Reihe von Jahren aus dem Leserkreis eines größeren Familienblattes an ihn gelangten zahllosen und unaufhörlich sich wiederholenden Anfragen in Sachen der Kosmetik.

Es gehört zu den ersten Glaubensartikeln der heutigen Ärzte, daß sich populär-medizinische Schriften auf dem Gebiete der Gesundheitslehre (Hygiene und Prophylaxe), nicht aber auf dem der Krankheitslehre (Pathologie und Therapie) bewegen dürfen, weil dadurch der ohnehin schon vielfach zu lebhaften Neigung der Laien zum Selbstkurieren nur neue Nahrung zugeführt werde. Unter den Laien besteht vielfach der Argwohn, der Brotneid oder die Angst um die Existenz sei die Ursache dieser Anschauungsweise. Wie verkennt man doch damit den ärztlichen Stand! Das Selbstkurieren und das Arztspielen gleicht eben in seinen Folgen nur gar zu oft dem Spielen der Kinder mit dem Feuer.

Wenn ich mich dennoch an die Bearbeitung des Gegenstandes gemacht habe, so hat das seinen Grund in dem zweifellos bestehenden Bedürfnis, sowie anderseits in der unleugbaren Thatsache, daß sich das Publikum in Sachen der Schönheitspflege lieber an jeden anderen, als an den Arzt zu wenden pflegt. — Dem oben dargelegten Gesichtspunkte gemäß ist der Schwerpunkt des Buches zu suchen in dem hygienischen Teil, der sich mit der Erhaltung und Pflege der Schönheit beschäftigt. Wo es sich um wirkliche Krankheitszustände handelt, ist stets zur rechten Zeit auf den Arzt verwiesen, der allein diese Dinge richtig und endgültig zu beurteilen im stande ist. Wenn dennoch ins einzelne gehende medikamentöse Vorschriften, also Rezepte, gegeben sind, so geschah das, um dem Publikum, das ja nun einmal nicht anders will, die Möglichkeit zu gewähren, die meist unter dem Schleier des Geheimnisses verkauften Schönheitsmittel sich selbst und unabhängig vom Spezialitätenhändler zu verschaffen und

die giftigen derselben zu vermeiden. Und so wünsche ich denn, daß das Buch, das nicht geschrieben ist zur Begünstigung und Bestärkung raffinierter Toilettenkünste, sondern vielmehr als Anleitung zu einer natürlichen und konservierenden, die Zukunft berücksichtigenden Schönheitspflege, seinen Lesern einen wirklichen Nutzen gewähren möge!

Bahrenfeld-Hamburg, den 1. Oktober 1885.

Vorwort zur dritten Auflage.

Gegenüber den beiden vorhergehenden Auflagen weist die vorliegende dritte tiefgehende Veränderungen auf, infolge meiner veränderten Stellung zu dem Gegenstande des Buches. Während ich früher mich mehr nebenher mit den Hautkrankheiten beschäftigte, bin ich seit dem Erscheinen der zweiten Auflage zum ausschließlichen Studium der Hautkrankheiten übergegangen und habe die Thätigkeit des praktischen Arztes vertauscht mit derjenigen eines Spezialarztes für Hautkrankheiten. Dieser Umstand wäre gar nicht der Erwähnung wert, wenn es nicht ohne weiteres einleuchtete, daß die Beschäftigung mit einem kleinen Gebiet der Medizin eine weit größere Vertrautheit mit demselben mit sich bringt. Man lernt dabei aber auch manches anders beurteilen, als es herkömmlich ist und so findet sich denn auch in diesem Buche über den einen oder

andern Gegenstand eine von der landläufigen Anschauung etwas abweichende Darstellung, die indes nur dem Fachmann als solche kenntlich sein dürfte.

Schließlich sei noch die Bemerkung gestattet, daß es nicht in meiner Absicht liegen kann, mit dem Buche den Arzt überflüssig zu machen; es soll vielmehr nur Aufklärungen geben, die für den Laien anderweitig nur schwer zu beschaffen sind, weil herkömmlicherweise der praktische Arzt wenig Zeit und Gelegenheit zu haben pflegt, sich eingehender mit diesen Angelegenheiten zu befassen. Für den mit einem der hier in Frage kommenden Übel Behafteten muß es aber immer von großer Bedeutung sein, sich über die Art seines Leidens und den möglicherweise eintretenden Verlauf desselben unterrichten zu können. Mehr darf er nicht erwarten; denn es ist unmöglich, dem Laien immer wirklich zutreffende Ratschläge zu geben für die vielfach wechselnden Zustände der einzelnen Hautkrankheiten. So werden sich notwendigerweise manche von denen enttäuscht finden, die vor allen Dingen ein „probates Mittel" oder ein unfehlbares „Rezept" in dem Buche suchen. Nur soweit es thunlich war, ist doch diesem an sich nicht ganz unberechtigten Wunsche Rechnung getragen worden.

Hamburg, große Bleichen.
September 1890.

Dr. **E. Clasen.**

Inhaltsverzeichnis.

		Seite
1.	Der anatomische Aufbau der Haut	1
2.	Die physiologischen Verrichtungen der Haut	16
3.	Die Diätetik der Haut	31
4.	Die Kosmetik der Haut	62
5.	Der gute Teint	68
6.	Verfärbungen und Flecke der Haut	88
7.	Mangel an Hautpigment (Weißsucht)	96
8.	Trockenheit der Haut (Sprödigkeit, Rissigkeit)	101
9.	Warzen	114
10.	Hühneraugen, Leichdörner und Ballen	118
11.	Übermäßige Schweißbildung	127
12.	Mitesser	134
13.	Der Finnenausschlag (Wimmerln)	138
14.	Kupferröte, Kupferfinne, Kupfernase, rote Nase	143
15.	Schmerfluß	149
16.	Hautgries	151
17.	Die Pflege der Nägel	153
18.	Neidnägel, Rißnägel	159
19.	Das Einwachsen des Nagels	160
20.	Die Pflege des Haares	166
	a. Die Reinlichkeit von Haar und Kopfhaut	172
	b. Das Kämmen, Bürsten und Frisieren des Haares	180
	c. Das Haarschneiden	194
	d. Das Haarfetten	203
	e. Die Kopfbedeckung und das Haar	211
21.	Der krankhaft vermehrte Haarwuchs	225

Seite

22. Der Haarschwund 232
   a. Der Schinn 247
   b. Die Schmerflechte 253
   c. Der Weichselzopf 262
   d. Die scherende Flechte (Herpes) 265
   e. Erbgrind (Favus) 268
   f. Die kreisfleckige Kahlheit 270
23. Das Ergrauen des Kopfhaares 272
24. Der Bart und seine Pflege 312
25. Die Bartfinne 319
26. Die knotige Auftreibung und Spaltung der Barthaare . . 320
Anhang: Salzfluß und Beingeschwüre 322
   Der Frost 327

Die Pflege und die Erkrankungen der Zähne.

1. Der Nutzen der Zähne 330
2. Die Entwickelung der Zähne 333
3. Die bleibenden Zähne 337
4. Unregelmäßige Zahnstellung 339
5. Die Pflege der Zähne 340
6. Die Krankheiten der Zähne 347
7. Das Füllen (Plombieren) der Zähne 350
8. Zahnschmerzen 355
9. Der Einfluß der Nahrungs- und Genußmittel auf die Zähne 358
10. Künstliche Zähne 362
Rezept-Anhang 367
Register 372

1. Der anatomische Aufbau der Haut.

Zu den für das Leben und Gedeihen des menschlichen Körpers wichtigsten Organen gehört die Haut. Dieselbe bildet nicht nur eine ihn überall gleichmäßig umgebende und gegen die feindlichen Einflüsse der Außenwelt schirmende Hülle, sondern sie hat eine ganze Reihe von physiologischen Aufgaben zu erfüllen, von deren glattem und ungestörtem Verlauf das körperliche Wohlergehen in weit höherem Grade abhängig ist, als man gewöhnlich annimmt. Mit Hilfe eines reich entwickelten Nervensystems dient die Haut als Vermittlerin des Tastsinnes, aber ihre weitaus wichtigste Aufgabe besteht in der Regelung des menschlichen Wärmehaushaltes. Zum richtigen Verständnisse ihrer vielfachen Aufgaben wird ein Einblick in ihren anatomischen Aufbau nötig sein.

Die Haut besteht aus Oberhaut, Lederhaut und Unterhautzellgewebe. Der wichtigste Anteil an dem Aufbau der Haut kommt der Lederhaut (Derma, Fell) zu, die den eigentlichen Körper derselben abgiebt. Ihre Eigenschaften sind schon in ihrem Namen ausgedrückt. Zusammengesetzt aus einem festen Gewebe von Bindegewebsbündeln und elastischen Fasern giebt sie ein festes, außerordentlich elastisches und dehnbares Gewebe ab, wohl geeignet, den Körper gegen mechanische Einwirkungen zu schützen. In den Lücken dieses filzartigen Gewebes sieht man bei der mikroskopischen Untersuchung zahlreiche Blutgefässe zur Oberfläche ziehen, wo sie ein äußerst reiches Netz feinster Kapillaren (Haargefässe) bilden; ebenso Lymphgefässe und Nerven,

die gleichfalls in den obersten Schichten ihre Endverzweigungen finden. Außerdem gewahrt man, wie die im Unterhautbindegewebe wurzelnden Haare durch die Lederhaut hindurch zur Oberfläche streben in Gesellschaft der gleichfalls aus dem Unterhautzellgewebe heraufkommenden Knäueldrüsen.

An ihrer Oberfläche grenzt sich die Lederhaut in außerordentlich scharfer Weise gegen die Oberhaut zu ab, aber nicht in glatter, gerader Fläche, sondern sie ist wie besät mit dicht gedrängt stehenden warzenartigen Zäpfchen (Hautpapillen), welche in die Oberhaut gleichsam eingelassen sind. Hierdurch wird eine bedeutende Vergrößerung der Oberfläche erreicht, welche einerseits in sinnreichster Weise dazu dient, diese beiden Schichten der Haut in festester Verbindung miteinander zu vereinigen, anderseits eine größere Fläche darbietet zur Erzeugung der die Oberhaut bildenden Zellen. Ohne diese Anordnung wäre die Bildung derselben gar nicht möglich, da ihre Zellen zur Zeit der Entstehung weit größer sind als später, wenn sie die trockene, zähe, verhornte Epidermis bilden, welche eben in ihrem zusammengetrockneten Zustande einen geringeren Raum beansprucht. An der Innenfläche von Hand und Fingern stehen diese Wärzchen in langen regelmäßigen Reihen angeordnet, wodurch die bekannte Zeichnung der einander parallelen, riffartigen geschwungenen Linie entsteht. Jedes einzelne der etwa 1/10 mm hohen Wärzchen beherbergt in seinem Innern ein bis in seine Spitze aufsteigendes feinstes Blutgefäßnetz, welches das Material zur Bildung jener auf seiner Oberfläche unmittelbar aufsitzenden jüngsten Oberhautzellen liefert.

Die Dicke der Lederhaut wechselt je nach den verschiedenen Körperstellen zwischen knapp 1 bis reichlich 3 mm, je nachdem der Körper an der betreffenden Stelle mehr oder weniger des Schutzes bedarf oder nicht. Am dicksten ist sie am Rücken und an den Außenflächen der Glieder, sowie der Innenfläche von Händen und Fußsohle, am dünnsten an der Beugeseite der Glieder, am Bauch 2c.

Nach unten zu geht die Lederhaut ohne scharfausgesprochene Grenze in das Unterhautzellgewebe über, indem an ihrer Unterseite die Bindegewebsbündel auseinanderweichen und in den dadurch entstandenen Lücken Fettzellen in mehr oder minder großen Haufen sich ansammeln. Diese Fettschicht bildet das Bindeglied zwischen der Haut und den darunter liegenden Organen und vermittelst ihres losen Gefüges und der durch ihre lockere Anheftung an der Unterlage bedingten Verschiebbarkeit ermöglicht sie es, daß sich die Glieder nach allen Seiten hin in ausgiebigster Weise bewegen, ohne daß es zu Spannung der Haut käme. Das Unterhautbindegewebe erreicht je nach der Örtlichkeit und je nach der Persönlichkeit eine ganz außerordentlich verschiedene Mächtigkeit. Während es an den Ohren, an den Augenlidern und der Stirn ziemlich dünn und fettlos ist, zeigt es z. B. an der Bauchhaut, namentlich gutgenährter („fetter") Personen eine Dicke von vielen Centimetern. Die Speckseiten eines fetten Schweines sind ja nichts anderes als das fettreiche Unterhautzellgewebe der Bauchhaut des Borstentieres. Indem das Unterhautfettgewebe die Furchen zwischen den oberflächlich liegenden Knochen und Muskeln ausfüllt, bedingt es die Rundung und das angenehme Ebenmaß der Glieder, beim weiblichen Körper noch mehr als beim männlichen, dessen Formen eben wegen des geringer entwickelten Unterhautzellgewebes eckiger und härter und andererseits muskulöser erscheinen. Ein gut, nicht übermäßig entwickeltes Unterhautzellgewebe kann man im allgemeinen immer als den angenehmen, wenn auch nicht untrüglichen Beweis eines guten Ernährungs- und Gesundheitszustandes ansehen; den Mangel desselben aber, ebenso wie die übermäßige Entwickelung darf man im großen und ganzen als Zeugnis dafür betrachten, daß nicht alles ist, wie es sein sollte. — Als schlechter Wärmeleiter versieht das Fettpolster gleichsam den Dienst eines Pelzes, indem es den Körper vor den Einflüssen allzuschroffen Temperaturwechsels einigermaßen schützt.

Was endlich die schon mehrfach erwähnte Oberhaut (Epidermis) anlangt, so bildet sie ein Anhängsel der Lederhaut, ihres Mutterbodens. Der Name Epidermis, „Überfell“, ist außerordentlich bezeichnend. Ihre ganze Bedeutung liegt darin, daß sie einen Überzug — einen „Schoner“, wie die Frauen sagen — für die eigentliche Haut abgiebt, der dieselbe zu sichern hat gegen die chemischen Einwirkungen der verschiedensten Art. Sie besteht nämlich gleich den Haaren und Nägeln aus Hornmasse, einem Stoff, welcher sich den chemischen Flüssigkeiten (z. B. Wasser, Seife, Soda, Pflanzensäfte u. s. w.) und den chemischen Körpern des täglichen Lebens gegenüber ziemlich gleichgültig verhält und kaum von ihnen angegriffen wird. Konzentrierten Säuren und den ätzenden Alkalien (Natron- und Kalilauge) hält sie freilich nicht stand, aber dazu ist sie ja auch nicht geschaffen.

Über die Natur der Oberhaut hat wohl mehr oder minder jeder gelegentlich seine Studien gemacht. Wer einmal Scharlach gehabt hat, sich mit Jod einpinselte oder mit kochendem Wasser verbrannte, weiß, daß die Oberhaut ein dünnes, zähes Häutchen ist, welches sich nach solchen Vorgängen in größeren Fetzen ablösen läßt. Sie ist trocken und nicht gerade sehr elastisch und von weißlicher halb durchscheinender Farbe. Die untersten Zellen der Oberhaut werden durch den fortwährenden Nachwuchs neuer junger Zellen von ihrem Mutterboden abgehoben und in die Höhe geschoben und müssen nun in demselben Maße, als sie gegen die Oberfläche vorrücken, allmählich eintrocknen und zusammenschrumpfen, da der Oberhaut alle ernährenden Blutgefässe fehlen. In dieser Zusammenschrumpfung bilden sie fast reinen Hornstoff, was man besonders leicht wahrnimmt an den vielem Druck ausgesetzten Stellen, wie an Handteller und Fußsohle, wo die gelblich schimmernde Epidermis oft eine ganz ansehnliche Dicke bis zu 3—4 mm (Schwielen) annimmt. Die oberflächlichsten Schichten der Oberhaut kommen bei dem Mangel allen Ernährungsmaterials regelmäßig unter

dem Einfluß von Luft und Schweiß zum Absterben und werden dann durch mechanische und chemische Einwirkungen, wie die Reibung der Kleidungsstücke und das Waschen in unmerklicher Weise entfernt. Diese steten naturgemäßen Verluste werden aber in fortlaufender Weise durch Nachwuchs von unten her ersetzt und so befindet sich die Oberhaut wie der Gesamtorganismus auch in einem steten, wenn auch anders gearteten Verjüngungsprozeß.

Das wäre in allgemeinen Umrissen der Bau der somit aus 3 Schichten bestehenden und zum mechanischen Schutze des Körpers wohlausgerüsteten Haut. Bei den vielfachen anderen physiologischen Aufgaben, die ihr zukommen, bedarf sie jedoch noch einer ganzen Anzahl verschiedenartigster Gebilde, welche man bei genauer Untersuchung in der That in engstem räumlichen Zusammenhang ihr an- oder eingefügt findet. Es sind das teils drüsige Organe wie die Talg- oder Knäueldrüsen, teils Apparate, von denen das vegetative Leben der Haut unmittelbar abhängig ist, wie Blut- und Lymphgefäße und Nerven, teils endlich solche, die als Anhangsgebilde der Haut rein mechanischen Zwecken dienen, wie die Haare und Nägel.

a. **Die Talgdrüsen.** Diese Drüsen bezeichnete man richtiger als „Haarbalgdrüsen", da sie nur als Begleiter und Anhängsel von Haarbälgen vorkommen und nirgends zu finden sind, wo die Haare fehlen (Fußsohle, Innenfläche der Hand, Rückenseite des Nagelgliedes der Finger und Zehen). Im allgemeinen haben diese kleinen Gebilde die Form eines kleinen birnförmigen Säckchens mit einer oder mehreren kleinen Ausbuchtungen; mit dem Haarbalg stehen sie in Verbindung durch den Ausführungsgang, der an der Drüse sitzt, wie der Stiel an der Birne. Größere Haare haben 2—4 solcher Drüsen. An Stellen, die nur ganz kleine Härchen aufzuweisen haben, münden die Drüsen vielfach frei auf der Haut unmittelbar neben dem dazu gehörigen Härchen und sind dann als größere Poren für das bloße Auge sichtbar wie z. B. an der glänzenden

Nase vieler Menschen. Die Talgdrüsen erreichen die Größe von etwa $1^1/_2$ mm und selbst etwas darüber, haben ihren Sitz jedoch nur in der Lederhaut selber, über deren Gebiet nur die großen Talgdrüsen starker Haare bis eben ins Unterhautbindegewebe hineinreichen. Das Ergebnis ihrer stillen, unbeachteten Thätigkeit ist die Einfettung der Haare. Im ganzen ist die Thätigkeit dieser Gebilde eine geringe und es kommt ihr bei weitem nicht die Wichtigkeit zu, die man bisher ihnen zugesprochen hat, da sie mit der Einfettung der Haut nichts zu thun haben.

b. **Die Knäueldrüsen.** Weit wichtiger als die Talgdrüsen sind für den Organismus die Knäueldrüsen, die man bisher als „Schweißdrüsen" bezeichnet hat. Man denke sich dieselben als langen Schlauch von der Dicke eines Spinnewebfadens, dessen untere Hälfte zu einem unregelmäßigen rundlichen Knäuel zusammengepackt und in die obersten Schichten des Unterhautzellgewebes eingebettet ist, während das übrige als Ausführungsgang nur wenig geschlängelt durch Lederhaut und Epidermis verläuft, an deren Oberfläche sie mit einer trichterförmigen Öffnung münden. Man kann diese Mündungen mit bloßem Auge wahrnehmen und an heißen Tagen leicht beobachten, wie sie z. B. auf dem Rücken der kleinen Hautleisten an der Innenfläche von Hand und Fingern in ganz regelmäßigen Abständen von knapp 1 mm angeordnet stehen. An anderen Körperregionen ist die Gruppierung nicht entfernt so regelmäßig. Ihre Größe ist nicht überall dieselbe; zur mächtigsten Entwickelung gelangen sie in den Achselhöhlen, wo sie auch außerordentlich dicht gedrängt stehen, so daß sie eine zusammenhängende dichte Schicht unter der Haut bilden. Die Verteilung der Schweißdrüsen über die Haut ist, wie sich durch interessante Zählungen herausgestellt hat, eine außerordentlich verschiedene. Auf einem Quadratzoll der Haut des Rückens zählte man etwa 400 Knäueldrüsen, in der Hohlhand dagegen auf demselben Raum etwa 2500. Nach angestellten

Berechnungen beträgt die Gesamtsumme der Knäueldrüsen am ganzen Körper etwa 2½ Millionen. Als die Aufgabe der über den ganzen Körper verbreiteten Knäueldrüsen hat man die Einfettung und Schmeidigung der ganzen Oberfläche der Haut anzusehen, denn sie enthalten ein dünnflüssiges Öl, das frei an der Oberfläche zu Tage tritt. Man hat bisher geglaubt, sie für die Entstehung des Schweißes verantwortlich machen zu müssen; indes haben die neueren Untersuchungen ergeben, daß der Schweiß an allen Stellen der Oberhaut gleichmäßig zu Tage tritt und man kann es auch ja mit bloßen Augen an der mäßig schwitzenden Haut beobachten, daß die an den Mündungen der Schweißporen erscheinenden Fetttröpfchen nur wenig Neigung zeigen, sich mit dem wässerigen Schweiß der Haut zu vermischen.

c. **Die Blut- und Lymphgefässe der Haut.** Bei der Menge der funktionellen Aufgaben, welche der Haut zukommen, bedarf sie einer großen und ununterbrochenen Zufuhr von Ernährungsmaterial und so erscheint ihr großer Reichtum von Blut- und Lymphgefässen als etwas Selbstverständliches. Aus den größeren zum Unterhautbindegewebe gelangenden Arterienstämmen entwickelt sich alsbald nach weiterer Verzweigung ein reiches Haargefäßnetz für die einzelnen Gebilde und Apparate der Haut. Am oberflächlichsten, unmittelbar unter der Epidermis, liegt dasjenige, welches die schon bekannten Papillen oder Zäpfchen der Lederhaut versorgt. In jede dieser Papillen steigt ein in derselben sich noch verzweigendes Haargefäß hinauf, um oben umzubiegen und das Blut nach Erfüllung seiner ernährenden Aufgabe, und nachdem es die Endprodukte und Schlacken des Stoffwechsels in sich aufgenommen hat, wieder in eine Hautvene zurückzuführen. Wie außerordentlich dicht und gleichmäßig das so gebildete Gefäßnetz in der That ist, kann man an dem frischen Lippenrot wahrnehmen, welches nicht wie die übrige Haut von einer dicken Lage von Epidermis überzogen ist. Doch auch letztere vermag

nicht ganz die Farbe des Blutes zu verdecken, sondern läßt am ganzen Körper das Blutgefäßnetz mehr oder weniger rötlich durchscheinen, wie denn auch das Wahrzeichen der Schönheit und Gesundheit, die rosigen Wangen der Jugend, auf dem Durchschimmern dieses oberflächlichen Blutgefäßnetzes der Lederhaut beruhen. Anders ist es mit den blauroten Backen älterer Leute, welche Krampfadern im kleinen vorstellen, da sie wie diese in einer krankhaften Erweiterung der (feinsten) Hautvenen bestehen. — Ebenso reiche Haargefäßnetze umspinnen auch die Talg- oder Schweißdrüsen, die einer stetigen und zu besonderen Zeiten einer gesteigerten Zufuhr von Blut bedürftig sind. — Die Lymphgefässe geben zu Betrachtungen an dieser Stelle keinen Anlaß, weil sie nur äußerst selten eigenen Erkrankungen unterworfen sind.

d. **Die Hautnerven.** Die Nerven der Haut bilden einen ebenso wichtigen wie komplizierten Apparat, da so verschiedene Verrichtungen von ihnen abhängig sind. Sie gelangen in Begleitung der Blutgefässe zur Haut, wo sie sich zu feinen Geflechten auflösen. Man hat dreierlei Nerven zu unterscheiden: die Empfindungsnerven, die Gefäßnerven und die Drüsennerven (für Talg- und Knäueldrüsen). Die ersteren senden ihre feinen Endausläufer zu den bereits gekennzeichneten unmittelbar unter der Epidermis stehenden Hautwärzchen (Papillen) der Lederhaut. Die Gefühlsnerven der Haut zeigen zum Teil eine höchst merkwürdige und sinnreiche Endigungsweise. An ihrem Ende schwellen sie nämlich zu birnförmigen kleinen Knöpfchen an, zu den sogenannten „Tastkörperchen“. Diese Anschwellung dient offenbar zur Vergrößerung der Oberfläche und Berührungsfläche, was ja die Feinheit der Tastempfindung nur fördern kann. Die auf diese Art mit Tastkörperchen ausgestatteten Hautpapillen, die man am zahlreichsten an der Tastfläche der Finger und Hände antrifft, nennt man darum „Gefühlswärzchen“. Dieselben unterscheiden sich im übrigen durch nichts von den andern Hautpapillen, mit denen

sie in Reih und Glied stehen. — Die Gefäßnerven wie die Drüsennerven bilden feinste Nervengeflechte, die in Begleitung der Blutgefäße verlaufen und zuletzt in die Blutgefäße und die Knäueldrüsen und Talgdrüsen selbst hineingelangen. Durch sie stehen die Blutgefäße und die Knäuel- und Talgdrüsen in unmittelbarster Abhängigkeit von dem Zentralnervensystem. Wie außerordentlich eng dieser Zusammenhang ist, dürfte wohl allgemein bekannt sein. Das plötzliche Erröten infolge von Scham (Erweiterung der Blutgefäße), die dunkle Röte des Zornes, das Erbleichen bei Schreck oder Furcht, der Angstschweiß bilden die augenfälligen Beweise für die Einwirkung des Zentralnervenapparates auf die Blutgefäße und die Drüsen der Haut. Und doch ist diese Seite des Zusammenhanges wohl die mehr nebensächliche und zufällig zum Vorschein kommende, das Hauptmoment des Zusammenhanges liegt anderswo, in der Notwendigkeit, mit Hilfe der Blutgefäße die Wärmeregulierung des Körpers je nach den Schwankungen der Außentemperatur in stetem Gleichgewicht zu erhalten.

e. **Die Anhangsgebilde der Haut: Haar und Nägel.** Beide Gebilde haben in ihrem ganzen Verhalten viel Ähnlichkeit mit der Oberhaut, mit der sie chemisch nicht nur die gleiche Zusammensetzung, sondern auch gleiche Lebensbedingungen aufweisen, wenn man von Leben überhaupt sprechen darf bei Gebilden, denen aller Stoffwechsel mangelt. Denn einmal auf ihrem Mutterboden, der Lederhaut, fertig gebildet, verändern sie sich nicht weiter, sondern schieben sich mechanisch vorwärts und vergrößern sich durch nachschiebendes Wachstum von unten her. Während alle übrigen Organe mit eigenem Stoffwechsel natürliche, durch die harmonischen Wachstumsverhältnisse bedingte und durch den Willen nicht zu beeinflussende Größen- und Gestaltsverhältnisse annehmen, hängen die letzteren bei diesen beiden Gebilden zum großen Teil ab von der Laune ihres Besitzers, der mit Hilfe von Messer und Schere seinen Begriffen von Schönheit und Wohlanständigkeit hinsichtlich der

Gestalt und Größe der Haare und Nägel den entsprechenden Ausdruck zu verleihen sucht.

Die Haare entsprießen der Haut als lange geschmeidige Hornfäden, deren Wurzelende, die Haarwurzel, in eine schlauchförmige, je nach der Größe des Haares verschieden tiefe Tasche der Lederhaut, den Haarbalg, eingepflanzt ist. Der aus der Haut hervorragende Teil des Haares, der Haarschaft, ist entweder drehrund wie beim schlichten Haupthaar oder mehr oder weniger plattgedrückt wie bei allem gekräuselten Haar (Bart, Achselhaar, Lockenhaar).

Der für das Haar wichtigste Teil ist der Haarbalg mit der an seinem Grunde befindlichen Haarpapille. Den Haarbalg muß man sich vorstellen als ein schlauchartiges Gebilde, welcher das Haar wie ein Handschuhfinger den Finger ganz eng umschließt, ohne anderswo mit ihm in Zusammenhang zu stehen als am Grunde, wo derselbe der kolben- oder zwiebelförmigen Gestalt des an seiner Wurzel verdickten Haares entsprechend buchtig erweitert ist. Am Grunde des Haarbalges befindet sich die Haarpapille, ein in seinem ganzen Bau den Haarwärzchen der Lederhaut ähnelndes Gebilde, welches in die napfförmige Aushöhlung der Unterseite der zwiebelförmigen Haarwurzel hineinragt. Wie die Hautwärzchen Oberhautzellen hervorbringen, so erzeugt diese die Hornzellen, aus denen sich das Haar zusammensetzt. Die jungen Zellen des Anfangsteiles sind ebenso wie die Zellen der tiefsten Oberhautschichten weicher und wasserhaltiger und darum auch größer als die Zellen des fertigen Haares, woraus sich die knopfförmige Anschwellung der Haarwurzel erklärt. Wenn dann durch den stetigen Nachwuchs junger Zellen der gestern und ehegestern gebildete Anfangsteil von der Papille fortgeschoben wird, so verliert er mit der nach und nach sich vergrößernden Entfernung von seiner Bildungsstätte an Feuchtigkeit und demgemäß auch an Umfang in demselben Maße, wie er an Festigkeit gewinnt.

Die Größe des röhrenförmigen Haarbalges richtet sich nach der Größe des darin sitzenden Haares. Die Haarbälge der an den „unbehaarten" Körperteilen sich findenden Wollhaare reichen nur eben in die Lederhaut hinein, der Haarbalg des Bart- und Kopfhaares dagegen bis tief in das Unterhautzellgewebe und dadurch werden diese Haare, was bei ihrer größeren Länge ja auch unabweisbares Erfordernis ist, fester und haltbarer der Haut eingepflanzt.

Wie die oberflächlichste Beobachtung lehrt, stecken die Haare nicht gerade, sondern schief in der Haut, und wer sich darüber auch nicht ganz klar geworden ist, dem ist es jedenfalls doch sehr aufgefallen, wenn er ausnahmsweise jemanden sah, dem scheinbar die Haare gerade aus der Kopfhaut herausstanden wie einem Igel die Stacheln. Sowohl die den ganzen Körper bedeckenden, nach Zahl und Größe freilich sehr verschiedenen Wollhärchen, als auch die Kopf- und Barthaare haben diese schiefe Richtung, sind aber dabei nicht wirr und regellos durcheinandergesteckt, sondern die Haare derselben Gegend zeigen ziemlich genau gleichen Grad und Richtung in dieser schiefen Stellung. Diese schiefe Stellung ermöglicht ein Anschmiegen der Haare an die Haut und man hat auch hier wieder Gelegenheit, zu bewundern, wie alles, auch das kleinste, vom Schöpfer weislich geordnet ist.

Für die Einfettung der Haare sorgen die schon oben erwähnten Talgdrüsen, deren die größeren Haare 2—4 haben. Dieselben münden in den Haarbalg an einer Stelle, wo das Haar schon völlig fertig gebildet, aber doch noch ziemlich jung und für die Aufnahme des Fettes wohl noch leichter zugänglich ist. Es hat den Anschein, als wenn das Haarfett geradezu in das Haar hineingepreßt würde. Jeder Haarbalg hat nämlich einen feinen Muskel oder auch mehrere, die sich an seinem unteren kolbig erweiterten Ende anheften und von da schräg nach oben gehend in den oberflächlichsten Schichten der Lederhaut ihre Befestigungspunkte finden. Wenn sich diese Muskeln

stark zusammenziehen, z. B. auf den Reiz, den die Kälte auf die Haut ausübt, so heben sie den Haarbalg empor. Da aber die Haare sehr eng von ihrem Balg umschlossen sind, so daß sie sich in demselben nicht verschieben können, so heben die Muskeln den ganzen Haarbalg mitsamt dem Haar sowie der umgebenden Haut kegelartig in die Höhe. Es ist das der Zustand, den man „Gänsehaut“ nennt, bei der ja aus jedem Knötchen ein Haar hervorguckt. Das Verhältnis nun von Haar und Muskel zur Talgdrüse, wodurch der Talg in den Haarbalg hineingepreßt wird, ist ganz eigenartig, etwa so wie das des Dudelsackpfeifers zu seinem zwischen Brust und Arm gepreßten Dudelsack. Genau so eng liegt die Talgdrüse in dem Winkel, den Haar und Muskel miteinander bilden, so daß bei jeder Zusammenziehung (Verkürzung) des Muskels auf die Drüse ein Druck ausgeübt wird, welcher einen Teil des fettigen Inhaltes in den Haarbalg hineinpreßt.

Alle erfreuen sich freilich nicht einer reichlichen natürlichen Einfettung ihres Haares und können darum auch um so besser an sich selbst den Einfluß beobachten, den die Feuchtigkeitsverhältnisse der Luft auf das Haar ausüben. Fettloses Haar wird bei trockener Luft, namentlich bei harten Ostwinden trocken, glanzlos und steif, so daß es sich in die Frisur nicht recht fügen will, während es bei feuchter Luft schmiegsam und glänzend ist.

Feine Querdurchschnitte des Haares, die man am leichtesten durch zweimal gleich aufeinander folgendes Rasieren erhält, bieten unter dem Mikroskop etwa dasselbe Bild wie eine durch Querschnitte in Scheiben zerlegte Karotte, deren runder gelber Mittelteil von einem rötlichen Ringe umgeben ist, an dessen Außenseite wieder ein dünnes gräuliches Häutchen sich anschließt. Ebenso ist das aus Oberhäutchen, Rindensubstanz und Marksubstanz bestehende Haar zusammengesetzt. Dem Oberhäutchen entspricht das graue Häutchen, dem roten Ringe die Rindensubstanz und dem Mark der gelbe Mittelkreis der Karotte.

Die Rindensubstanz ist es nun, die dem ganzen Haare Halt und Gestalt verleiht. Sie besteht aus fest miteinander verkitteten, langen faserigen Hornzellen, die dem Haare seine Festigkeit geben. In diesen spindelförmigen Zellen befindet sich auch der Farbstoff des Haares, entweder in Gestalt feinster schwarzer Körnchen oder (bei hellerem Haar) gleichmäßig darin verteilt. Die Rindensubstanz als Ganzes bildet eine Röhre, welche das Mark, den zentralen Strang des Haares einschließt. — Die Marksubstanz setzt sich zusammen aus einer ziemlich unregelmäßigen zwei- oder dreifachen Reihe ziemlich großer Zellen, die neben Fett- und Farbstoff viel Luft enthalten; den Wollhaaren und den Spitzen der völlig ausgewachsenen Haare (Frauenhaare) fehlt das Mark meist vollständig, ebenso wie es im Anfangsteil des Haares noch nicht vorhanden ist. — Das Oberhäutchen wird gebildet durch eine einfache Lage dünner durchscheinender Schüppchen. Dieselben sind nach Art von Dachziegeln übereinandergelagert, und zwar so, daß das auf dem nächsten Schüppchen aufliegende Ende gegen die Haarspitze hin gerichtet ist. So glatt und glänzend das Haar erscheint und so klein die Hervorragungen sein mögen, so kann man sich doch durch einen eigenhändigen Versuch von ihrem Vorhandensein selbst überzeugen. Wenn man nämlich ein Haar in die Fläche der Hand legt und nun mit dem Zeigefinger der andern Hand in der Längsrichtung sanft auf dem Haar hin und her reibt, so verschiebt sich dasselbe unter dem reibenden Finger recht schnell in seiner Längsrichtung, und zwar so, daß das Wurzelende voranrückt und daß man die Spitze zuletzt unter dem Finger behält. Durch diesen kleinen Handgriff vermag man stets Wurzel- und Spitzenende voneinander zu unterscheiden.

Das Wachstum des Haares geht nach demselben Gesetz vor sich wie das der Oberhaut. Die Papille bildet fortwährend neue Haarsubstanz an, bis das Haar die seinem Standort zukommende Länge erreicht hat. Bei ungestörtem Wachstum, also bei Frauen, wird das Haar durchschnittlich 60—70 cm lang,

ausnahmsweise auch wohl einen Meter. Um zu dieser Länge heranzuwachsen, braucht ein Haar Jahre, dann bleibt es noch eine Zeit lang stehen und fällt nach einer Lebensdauer von etwa 4—6 Jahren wieder aus, um durch ein neues, demselben Haarbalg entsprießendes Haar ersetzt zu werden. Je kürzer ein Haar ist im Verhältnis zu der ihm zukommenden Länge, desto schneller wächst es; hat es die Hälfte seiner Länge erreicht, so verlangsamt sich allmählich sein Wachstum um ein Bedeutendes, so daß es jetzt Monate gebraucht, um so viel zuzunehmen, wie früher in Wochen. Das Haar hat eine ganz bestimmte typische Länge und physiologische Verhältnisse seines Wachstums, auf welche man durch das Haarschneiden durchaus nicht einzuwirken vermag. Auf die Irrtümlichkeit dieser tief eingewurzelten Vorstellung werden wir in Kap. 20 noch ausführlich zurückkommen müssen.

Die Nägel. Auf der Rückenfläche der letzten Finger- und Zehenglieder, ihre vordere Hälfte bedeckend, befinden sich die Nägel, hornartige nach der Rundung der Finger gekrümmte Platten oder Schalen, welche über das Ende der Finger frei hinausragen. Das hintere Ende, ebenso wie die Seitenränder des Nagels stecken in einer abgerundeten nach der Fingerspitze zu offenen Furche der Haut, dem Nagelfalz, und mit seiner ganzen Unterfläche liegt er auf der Lederhaut auf, auf dem sogenannten Nagelbett. Man unterscheidet den Nagelkörper, der an beiden Seiten von geraden Rändern, vorn von der Bogenlinie des freien Nagelrandes und hinten von der dieser parallelen Bogenlinie des vorderen Randes der Nagelwurzel begrenzt ist, und andererseits die Nagelwurzel, denjenigen kleinen hinteren Teil des Nagels, der schon durch seine weißliche Farbe im Gegensatz zu der rötlichen des Nagelkörpers sich kenntlich macht. Der größere Teil der Nagelwurzel liegt in jener Hautfalte verborgen, an deren tiefstem Grunde er dünner werdend mit einem zugeschärften Rande endigt. Bei äußerer Besichtigung gewahrt man nur das vordere von einer

halbmondförmigen Linie begrenzte weißliche Stück der Nagelwurzel, das sogenannte „Möndchen" (Lunula).

Der hintere Teil des Nagels ist der jüngste. An den kleinen weißlichen Flecken, wie sie sich manchmal in der Substanz des Nagels finden, oder kleinen durch eine Verletzung entstandenen Ritzchen kann man die Wahrnehmung machen, wie der Nagel sich allmählich auf dem Nagelbett von hinten nach vorn verschiebt. Die Bildung des Nagels geht allein von der Nagelwurzel aus, das Nagelbett beteiligt sich fast gar nicht daran. Die Nagelsubstanz zeigt große Übereinstimmung mit der Oberhaut, nur daß sie viel dicker und massenhafter und durch ihren Gehalt an phosphorsaurem Kalk auch härter ist; wie die Oberhaut ist sie gefäßlos und aus Mangel an Nerven auch gefühllos. Die Bildung des Nagels geht in derselben Weise vor sich wie die der Oberhaut; die Hautwärzchen sind natürlich entsprechend größer und stehen in so geraden regelmäßigen Reihen, daß dieselben von der Wurzel nach der Spitze zu verlaufende Leisten bilden, auf denen der Nagel sozusagen wie auf Schienen vorwärts geschoben wird. Von dieser Anordnung rühren die kleinen Längsstreifen und Rinnen her, die man an jedem Nagel beobachten kann. — In Zeiten schwerer Krankheiten oder längeren Siechtums leidet mit der Ernährung der Haut auch die des Nagels. Mit rückkehrender Gesundheit nimmt dann die Nagelwurzel ihre alte Thätigkeit wieder auf. Infolgedessen entstehen mehr oder weniger tiefe Querfurchen im Nagel, die im Lauf von drei bis sechs Monaten vom Nagelbett bis zur Spitze wandern und dem Arzt oft noch Monate nachher sagen, welche Krisis der Körper durchzumachen hatte. Zuweilen bemerkt man mehrere derartige Querrinnen von verschiedener Breite gleichzeitig hintereinander als Zeugnis einer nicht gerade kernfesten und ungetrübten Gesundheit.

Schöne Nägel sind eine Zierde für die Hände, Nutzen aber gewähren sie dem Körper nur durch ihre mechanischen Eigenschaften, indem sie der weichen tastenden Fläche der Finger-

spitze von hintenher Halt und Festigkeit geben, was für die Sicherheit des greifenden Fingers und die Feinheit des Tastgefühls von unberechenbarem Werte ist.

---

2. Die Verrichtungen der Haut.

Wichtiger noch als die Kenntnis der anatomischen Verhältnisse der Haut ist diejenige der physiologischen Verrichtungen. So wäre denn die Haut nach ihren vier Eigenschaften als Schutzorgan, als Absonderungsorgan, als Sinnesorgan und als Regulierungsorgan der Körperwärme des genaueren zu untersuchen.

Die Haut als Schutzorgan. Dieser an erster Stelle genannten Eigenschaft verdankt die Haut (Cutis oder Derma, d. h. Fell) ihren Namen, da diese Funktion die am meisten in die Augen springende ist, so sehr, daß manche Menschen, soweit sie überhaupt darüber nachdenken, der Meinung sind, die Haut leiste ihnen nur diesen einen Dienst. Welch wichtige Aufgaben sie übrigens in dieser Hinsicht zu erfüllen hat, zeigt sich am besten an Körperstellen, welche ihrer natürlichen Haut durch ausgedehnte Verbrennungen oder Verletzungen verlustig gegangen sind. An solchen Stellen bildet sich ein unelastisches, dickes, aber brüchiges Narbengewebe, welches gegen Druck und Stoß, gegen Temperatureinflüsse und die Einwirkungen chemischer Natur außerordentlich empfindlich ist. Größere Narben vermögen die Beweglichkeit der Glieder geradezu aufzuheben; so kann z. B. eine größere Narbe am Hals das ganze Gesicht entstellen und verziehen und den heruntergezogenen Kopf vollkommen bewegungslos gegen die Brust feststellen. — Die Lederhaut besitzt eine außerordentliche Zähigkeit und Festigkeit, so daß man einen Menschen ohne Schaden für seine Haut an einer Hautfalte aufheben kann, wie die Knaben ihre Kaninchen an einer solchen

Falte in die Höhe zu heben pflegen. Montgaillard macht die Mitteilung, daß in den Zeiten der französischen Revolution die Haut der Guillotinierten zu Leder verarbeitet wurde zur Erzeugung billigen Leders. Er fügt hinzu, man habe das Leder aus der Haut der Männer für weit haltbarer gehalten als das weibliche und es höher geschätzt als Gemsleder. — Mit außerordentlicher Zähigkeit widersteht die Haut den mechanischen Einflüssen von Druck und Stoß, die sie ja täglich auszuhalten hat, und es gehört ein scharfes Messer und die Anwendung einer ziemlichen Kraft dazu, um die Haut glatt und in einem Zuge ganz zu durchschneiden. Mit dieser Zähigkeit verbindet aber die Haut einen außerordentlichen Grad von Elastizität, infolge deren sie die Gliedmaßen überall gleichmäßig mit einem geringen Grade von Spannung umgiebt, der ihr aber doch erlaubt, jeder Bewegung der Glieder in ausgiebigster Weise zu folgen. Man hat bei entzündlichen und wassersüchtigen Anschwellungen der Glieder oft Gelegenheit, die außerordentliche Dehnbarkeit der Haut zu bewundern. Die Elastizität der Haut ist auch die Ursache der Erscheinung, daß eine einfache, durch die Haut hindurchgehende gerade Schnittwunde auseinander klafft und also nicht linienartig, sondern mehr oder weniger oval sich gestaltet und erst durch die Naht des Chirurgen wieder dauernd vereinigt wird. Im Alter verliert die Haut an Elastizität; der Hauptgrund aber der welken und runzeligen Beschaffenheit und der zahlreichen Falten der Haut alter Leute liegt in dem Schwund des Unterhautzellgewebes und der Abmagerung des Körpers, wodurch die Haut dann, auch wenn sie ihrer Elastizität folgend, sich zusammengezogen hat, einfach für den Körper zu groß wird. — Je nachdem die verschiedenen Körperstellen eines mehr oder weniger großen Schutzes bedürfen, zeigt die Haut eine sehr wechselnde Dicke; daher ist sie am Rücken wie an der Außenseite der Glieder immer bedeutend dicker als an der Beuge- oder Innenseite, ein Gesetz, das auch für die Oberhaut Gültigkeit hat. Letztere verdickt sich aber noch in selbständiger Weise

an den einem häufig wiederholten stärkeren Druck ausgesetzten Stellen zu mehr oder weniger dicken Schwielen, wie an der Innenfläche der Hand und an der Fußsohle. Ebenso führt der gewohnheitsmäßige Gebrauch eines Instruments solche Schwielenbildung herbei, die sich zum Kennzeichen für ganze Berufsklassen gestaltet; so erkennt man die Tischler an den durch den Hobel hervorgerufenen Schwielen am rechten Daumen und Zeigefinger und einer dritten in der Hohlhand; den Geigen- und Zitherspieler an den schwieligen Fingerspitzen der linken Hand u. s. w. Diese Schwielen dienen eben dazu, den dem Druck ausgesetzten Stellen den notwendigen Schutz zu gewähren. — Im übrigen hat aber die Oberhaut noch andere Bestimmungen, zu denen sie vermöge ihrer chemischen Zusammensetzung besonders geeignet erscheint. Das aus der hornigen Beschaffenheit und aus dem fettigen Überzug sich ergebende schlechte Wärmeleitungsvermögen legt von vorn herein den Gedanken nahe, der Oberhaut komme auch noch die Aufgabe zu, den Körper gegen übermäßige Wärmeverluste zu schützen. Dazu ist aber die Epidermis an sich offenbar viel zu dünn und dennoch spielt sie in der Wärmeökonomie eine bedeutende Rolle. Es ist nämlich die schwere Durchlässigkeit der Oberhaut für Flüssigkeit, welche sie in den Stand setzt, den Körper vor unberechenbaren Wasserverlusten und damit vor den mit jeder Verdunstung verbundenen Wärmeeinbußen zu schützen; und hierin liegt wohl mit eine der Hauptaufgaben der Epidermis. Aus ihrer chemischen Beschaffenheit erwächst ihr aber wiederum noch eine weitere Aufgabe, nämlich die, den schädlichen Einfluß und den Durchtritt nicht bloß des Wassers, sondern überhaupt aller chemischen Flüssigkeiten auf die Lederhaut zu verhindern, die, nicht mit solchen Eigenschaften ausgestattet, jenen Einwirkungen schutzlos preisgegeben wäre; von einem Schutz gegenüber den Mineralsäuren und ätzenden Alkalien, welche die Epidermis einfach zerstören, kann hiebei selbstverständlich nicht die Rede sein.

Die Haut als Absonderungsorgan. Die an der Haut sich abspielenden Vorgänge der Absonderung stehen in engstem Zusammenhang mit der Wärmeregulation. Es handelt sich hier hauptsächlich um den Schweiß. Die Oberhaut bildet wohl einen für gewöhnliches Wasser undurchgängigen Überzug, aber für den von dem Blut abgesonderten, verschiedene Salze enthaltenden Schweiß ist sie doch durchgängig. Das ist um so wichtiger, als es unter Umständen nötig wird, durch einen reichlichen Austritt von Flüssigkeit nach außen das zu bewerkstelligen, was der wasserdichte Überzug verhindert: eine reichliche Wärmeabgabe (d. h. also Abkühlung) mit Hilfe der Verdunstung von Wasser.

Es kommen auf der Haut gasartige wie flüssige Produkte zur Ausscheidung. Man hat berechnet, daß etwa 15 gr Kohlensäure in 24 Stunden durch die Haut ausgeschieden werden und außerdem einige bisher chemisch noch nicht nachgewiesene Erzeugnisse des Stoffwechsels; und gerade auf diese Funktion der Ausscheidung noch unbekannter Stoffe, deren Menge unendlich gering sein muß, da man sonst im stande sein müßte, sie nachzuweisen, hat man ein übergroßes Gewicht legen zu müssen geglaubt, weil man anders die verderblichen Wirkungen der „Unterdrückung der Hautthätigkeit“ sich gar nicht erklären zu können meinte.*) Der Ausscheidung der Kohlensäure ebenso

---

*) Seit alten Zeiten hat man als eine für die Gesundheit außerordentlich wichtige Aufgabe der Haut die „Perspiratio insensibilis“, die „unmerkliche Ausdünstung“ angesehen und je weniger man sich genaue Rechenschaft ablegen konnte, was eigentlich darunter zu verstehen sei, desto geheimnisvollere und unerklärlichere Wirkungen und Aufgaben schrieb man auf ihre Rechnung, ebenso wie man denn auch der „Unterdrückung der Hautthätigkeit“ die allerschlimmsten Folgen für die Gesundheit zuzuschreiben pflegte. Ganz besonders gefürchtet in dieser Beziehung war das „Zurücktreten des Schweißes“ und die „plötzliche Unterdrückung der Fußschweiße“. Es ist ja richtig, daß oft genug an ein solches plötzliches Ausbleiben lang bestandener Fußschweiße oder an das „Zurücktreten“ des Schweißes sich unmittelbar

wie der anderen Erzeugnisse des Stoffwechsels, welche im Vergleich mit den durch die Lunge und die Nieren regelmäßig bewirkten Ausscheidungen geradezu verschwinden, kann unter gewöhnlichen Verhältnissen eine große Bedeutung nicht beigemessen werden, da sie nicht nach Art einer Körperverrichtung in fortlaufender Regelmäßigkeit vor sich geht, sondern vollständig abhängig erscheint von der durch Jahreszeit und körperliche Zustände bedingten, im ganzen aber in den weitesten Grenzen schwankenden Schweißbildung. Letztere aber dient einzig und allein der Regelung der Körperwärme und schweigt bei manchen Menschen Monate lang. Der Schweiß, eine klare, farblose, etwas säuerlich schmeckende Flüssigkeit, besteht der Hauptsache nach aus Wasser, in dem verschiedene Fette und flüchtige Säuren neben einigen Natron- und Kalisalzen und Phosphaten enthalten sind. Der säuerliche, nicht gerade angenehme Schweißgeruch bekommt bei stark und viel schwitzenden Menschen durch Fäulnisvorgänge (Fußschweiße) oft eine geradezu unerträgliche Schärfe. Diese Eigenartigkeit des Schweißgeruches ist jedoch andererseits so bezeichnend, daß er zu den Merkmalen mancher Völkerschaften ebenso gut gehört wie die Farbe der Haut oder die Beschaffenheit der Haare. So erkennt man an dem eigentümlichen, europäischen Nasen sehr widerlichen Geruch des Schweißes den Neger, und die von den Mulatten und Weißen abstammenden Quadronen sollen durch dies Parfüm ihre Abstammung selbst dann noch verraten, wenn ihre Haut

---

schwere Krankheiten anschließen, aber das Ausbleiben des Schweißes ist in diesen Fällen nicht die Ursache der Krankheit, es ist vielmehr nur das Zeichen und die Folge einer solchen. Hat sich beispielsweise ein an Fußschweißen Leidender nach einer anstrengenden Fußtour noch ganz erhitzt auf den Erdboden oder einen kalten Stein gesetzt, so kommt es dadurch leicht zu einer Erkältung, und im Anschluß an diese tritt dann zuweilen eine Rückenmarksentzündung und infolge davon ein Ausbleiben der Fußschweiße ein. Letzteres ist jedoch keineswegs aufzufassen als die Ursache des Rückenmarksleidens, sondern vielmehr ebenso wie dieses als die Folge der Erkältung.

sich einer untadeligen Weiße erfreut und das übrige Ansehen ihre Abkunft kaum noch vermuten läßt.

Die Absonderung des Schweißes kann sowohl von einem erhöhten Blutzufluß zur Haut wie auch andererseits allein von nervösen Einflüssen abhängig sein. In der erstgenannten Richtung lehrt die tägliche Erfahrung namentlich vermehrte Körperbewegung und -arbeit, Aufnahme von Nahrung und erhitzenden Getränken, Zuführung von Wärme durch warme Bäder oder heiße Luft als Ursachen vermehrter Schweißbildung kennen. Bei andern Körperzuständen geht offenbar der Anstoß zur Entstehung des Schweißes lediglich von dem mehr oder weniger deutlich erkennbaren Einfluß des Nervensystems aus und es kann dabei die Haut ganz bleich und blutleer sein, z. B. bei dem Angstschweiß, Todesschweiß, den Nachtschweißen der Schwindsüchtigen, den Fußschweißen und dergleichen mehr oder minder krankhaften Zuständen.

Die Haut als Sinnesorgan. Wie allen Organen des Körpers, so kommt auch der Haut ein Empfindungsvermögen zu, das sich bei der besonderen Art der sensitiven Hautnerven wie ihres Gebrauchs zum Tastsinn gestaltet. Das Empfindungsvermögen selbst ist noch nicht der Tastsinn, es vermittelt uns vielmehr der Hauptsache nach nur zwei ihrer Beschaffenheit nach verschiedene Arten der Empfindung: Die Druckempfindung und die Temperaturempfindung. Der durch die allerverschiedensten Einwirkungen von außen hervorgerufene Erregungszustand der sensiblen Nerven ruft eine unendliche Reihe der verschiedenartigsten Gefühle wach, welche zwischen den Extremen von Lust und Schmerz liegen, wie Kälte, Frösteln, Wärme, Hitze, Kribbeln, Jucken, Stechen, Brennen 2c. Leichtere Erregungszustände bedingen das Gefühl der Lust, während heftige, eine gewisse Grenze überschreitende Reizungen als Schmerz empfunden werden. Alle diese mannigfaltigen Gefühlseindrücke werden auf das genaueste nach ihrer Beschaffenheit, ihrer Stärke und nach ihrer Örtlichkeit unterschieden. Zu Tastempfindungen werden

diese Druck- und Temperatureindrücke jedoch erst durch Zuhilfenahme der Muskelthätigkeit. Bei bloßer einfacher Berührung eines Gegenstandes kommt nur ein Eindruck von der Stärke eines Druckes, den eine Hautstelle erfährt, zu stande und von der Größe der gedrückten Stelle. Um über die Beschaffenheit eines Körpers hinsichtlich seiner Oberfläche, Härte, Gestalt und Schwere eine Vorstellung, einen Tasteindruck zu gewinnen, bedarf es einer Tastbewegung, d. h. einer durch Muskelwirkung in Händen und Fingern bedingten Herumführung einer besonders empfindungsfähigen Hautstelle an dem Gegenstand, mit anderen Worten des Betastens oder Befühlens. Dies „Tastgefühl“ kommt aber nur wenigen Körperstellen zu, nämlich hauptsächlich den Fingern, den inneren Hand- und Fußflächen und den Lippen, ist jedoch am feinsten ausgebildet in den Fingerspitzen. Von diesem Unterschied in der Schärfe des Tastgefühls überzeugt man sich leicht; man braucht nur einen kleinen eckigen Gegenstand das eine Mal mit der Rückenfläche der Hand, das andere Mal mit den Fingerspitzen zu betasten. Während das erstere Verfahren hauptsächlich nur einen unbestimmten auf Druck und Temperaturempfindung beruhenden Gefühlseindruck zur Folge hat, giebt das zweite außerdem auch noch ziemlich genau über die Gestalt, Größe und Oberflächenverhältnisse Aufschluß. Die auf das Gefühl wirkenden Einflüsse werden um so schärfer geschätzt, je größer die Hautfläche ist, die von dem Reiz getroffen wird. Hält man z. B. einen Finger in heißes Wasser, so scheint dasselbe angenehm warm zu sein, während die nunmehr hineingestreckte ganze Hand die Hitze des Wassers fast unerträglich findet und sich ebenso schleunig zurückzieht wie sie hineingekommen ist. Ebenso kann das Wasser eines Flusses, das der versuchsweise hineingestreckten Hand von einer angenehmen Kühle zu sein schien und zum Baden einlud, dem badenden Körper alsbald Zähneklappern und Gänsehaut verursachen und schneidend kalt vorkommen.

Zur Prüfung der an den verschiedenen Körperstellen offen-

bar verschieden scharf ausgeprägten Empfindlichkeit der Haut hat man mannigfache Wege eingeschlagen. Den Raumsinn und damit die Schärfe des Gefühles der Haut untersuchte Weber in der Art, daß er einen Zirkel mit abgestumpften Spitzen bei geschlossenen Augen auf die Haut setzte und die Entfernung bestimmte, den die beiden Spitzen haben durften, um gerade noch die Empfindung zu geben, daß zwei verschiedene Hautstellen berührt wurden. Bei dieser Art von Untersuchung zeigt die Zungenspitze und die Gefühlsfläche des letzten Fingergliedes das feinste Empfindungsvermögen, wo die Zirkelspitzen noch zwei gesonderte Empfindungen bei einem Abstande von $^1/_2$—1 mm geben; die geringste Empfindlichkeit zeigen die Mitte des Halses, des Rückens, des Oberarmes und Schenkels, wo die beiden Zirkelspitzen erst bei einem Abstande von 30—65 mm als zweierlei empfunden werden. — In ähnlicher Weise hat man die Empfindlichkeit der Haut für andere Gefühlsreize untersucht und die Untersuchung namentlich ausgedehnt auf die Feinheit des Wahrnehmungsvermögens in Bezug auf die Unterschiede in der Stärke der einzelnen Empfindungsreize. Diese Methode hat zu sehr interessanten Ergebnissen geführt und namentlich gezeigt, daß die Feinheit des Gefühls nicht bloß an den einzelnen Hautstellen, sondern auch bei verschiedenen Menschen in Bezug auf die einzelnen Gefühlsreize weitgehende Unterschiede zeigt. Diese Untersuchungen lieferten freilich schließlich nur eine Bestätigung der Beobachtungen, die man ohnehin im täglichen Leben vielfach zu machen Gelegenheit hat, wenn man sein Augenmerk darauf richtet, zu welch außerordentlich feiner Ausbildung der Tastsinn durch Gewöhnung und langjährige Übung bei den verschiedenen Berufsarten gelangt. Diese Übung setzt den Bäcker in den Stand, Tag für Tag aus 100 Pfund Brotteig beispielsweise 500 gleich große Brote mit der Hand abzuteilen, und am andern Tag, wenn der erhöhte Preis des Mehles es erfordert 520 oder 550 Stück aus derselben Menge Teig herzustellen. Wer ihn fragt wie er das fertig bringt, den belehrt

er mit herablassender Kennermiene, „das habe er so im Griff" (oder „im Gefühl"). Ebenso unterscheiden die Spitzenklöpplerinnen durch das Gefühl mit größter Sicherheit die feinsten Fäden, die andere Menschen überhaupt kaum fühlen, in beliebig viele Sorten allein durch die Übung. Diese Übung des Tastsinnes nach einer bestimmten Richtung hin spielt eine außerordentlich wichtige Rolle im Leben. Fast jeder Beruf verlangt seine besondere eigenartige Ausbildung des Tastsinnes und vielfach beruht die Brauchbarkeit und Geschicklichkeit eines Arbeiters in seiner Beschäftigung hauptsächlich auf dem Grade der Ausbildung seines Tastsinnes.

Die Haut als Wärmeregulator. Wohl die für den Körper wichtigste Verrichtung der Haut besteht in der Regelung der Eigenwärme des Körpers.

Ein gesunder Mensch besitzt unter normalen Verhältnissen eine Eigenwärme, die nur wenige Zehnteile eines Grades über oder unter 37½° C. auf- und abschwankt. Das gilt für den Grönländer sowohl, wie für den Bewohner der glühenden Sahara, d. h. also für jeden Menschen, so lange er gesund ist, ob er nun in brennender Julisonne zu arbeiten hat oder im Winter friert, daß ihm die Zähne klappern. Abweichungen hiervon um mehrere Grade, z. B. Erhöhung der Eigenwärme auf 41° C. oder ein Sinken derselben unter 35° C. gelten schon als höchst gefährliche Zustände, die der Organismus nur kurze Zeit erträgt. Diese Beständigkeit der Eigenwärme ist eben eine notwendige Lebensbedingung; deshalb stehen dem Körper verschiedene Einrichtungen zu Gebot, um Abweichungen davon sofort im Entstehen wieder auszugleichen. Der hauptsächlichste Wärmeregulator ist eben mit Hilfe des Blutes die Haut, die somit ein viel wichtigeres Organ ist als manche denken.

Die Wärmeregulierung geht nun in verschiedener Weise vor sich. Bei niedriger Lufttemperatur wird die von jedem Menschen in gesundem Zustande stets mehr oder weniger im Überschuß hervorgebrachte Wärmemenge durch einfache Wärme-

strahlung und Wärmeleitung abgegeben, also genau so wie ein Ofen seine Wärme hergiebt. Bei sehr niedriger Lufttemperatur würden die Wärmeverluste leicht zu groß ausfallen, deshalb ist unter solchen Umständen eine Einschränkung der Wärmeabgabe notwendig und tritt in der That auch ein. Es ziehen sich nämlich infolge des durch die Kälte auf den Körper ausgeübten Reizes — dessen sich ja jeder bewußt ist — die Blutgefässe der Haut zusammen; dadurch nimmt dann die Blutmenge der Haut ganz bedeutend ab, sie wird blässer und ihre Temperatur sinkt. So giebt denn einerseits die ins Innere des Körpers gedrängte Blutmasse weniger Wärme ab und andererseits verringert sich bei der auf diese Art herabgesetzten Temperatur der Körperoberfläche der durch Ausstrahlung bedingte Wärmeverlust.

Wenn aber im Sommer die Wärme der Luft derjenigen des Blutes fast gleichkommt, so vermag der Körper natürlich weder auf die eine noch auf die andere Art hinreichend Wärme nach außen hin los zu werden, obgleich die Wärmeabgabe schon dadurch bedeutend gesteigert wird, daß das Blut in Massen zur Haut strömt, die nun bei vermehrter Wärme auch mehr Wärme abgeben kann. Erst der aus allen Poren hervorbrechende Schweiß bringt dann ein Gefühl der Erleichterung und die durch die Verdunstungskälte vermittelte Kühlung. Diese Kühlung kommt auf dieselbe Weise zu stande, wie jenes Kältegefühl, welches entsteht, wenn man eine in warmes Wasser getauchte Hand im Kreise herumschwingt oder einem Zugwinde aussetzt. Die Entwärmung des Körpers durch Verdunstung kann man als ein im Augenblick der höchsten Not gezogenes Sicherheitsventil betrachten, um unter allen Umständen durch den richtig bemessenen Wärmeabfluß die Normaltemperatur aufrecht zu erhalten. Manchmal will es unter solchen Umständen zum Schwitzen nur schwer kommen, so notwendig es an sich auch wäre; dieses Zustandes von Bleischwere und Lähmung in allen Gliedern erinnert sich mehr oder weniger jeder von gewitterschwülen Sommertagen her.

Die Wärmeregelungsfähigkeit der Haut hat aber ihre Grenze, und gar zu hohen oder niedrigen Temperaturen, sowie zu jähem Wechsel derselben gegenüber reicht sie nicht aus. Gegen übermäßige Wärme, die zu weit über die Blutwärme hinausgeht, sind wir einfach wehrlos, gegen Kälte schützen uns leicht Kleidung, Heizung, vermehrte Nahrungsaufnahme und dergleichen. Aber hier ist der Punkt, wo wir sterblich sind. In der ziemlich engbegrenzten Fähigkeit des Organismus, sich für jede ihn treffende Außentemperatur sofort oder überhaupt einzurichten, liegt für uns die Gefahr, uns zu erkälten.

Was ist denn nun eine Erkältung? Es gab eine Zeit, wo zahlreiche Ärzte die Möglichkeit einer solchen überhaupt in Abrede stellten, einfach deshalb, weil sie nicht vermochten, sich über den immerhin etwas verwickelten Vorgang genaue Rechenschaft zu geben. Sie drangen aber damit nicht durch, denn es giebt doch Thatsachen genug, die auch ein Zweifler weder abzuleugnen noch wegzustreiten im stande ist. An sich ist es ja auch klar, daß, wenn es Kältegrade giebt, die in kurzer Frist dem Leben ein Ende machen, andere, geringere Kältegrade mindestens mehr oder weniger ernste Gesundheitsstörungen mit Notwendigkeit bedingen müssen.

Bei der Regelung der Körperwärme unterstützen sich die drei Formen der Wärmeabgabe durch Strahlung, durch Leitung und durch Verdunstung gegenseitig, indem je nach den Verhältnissen und Bedürfnissen bald die eine bald die andere in oder außer Thätigkeit tritt und zwar infolge der auf das Blutgefäßnervensystem einwirkenden Temperaturreize. Dies Blutgefäßnervensystem, die Seele des Wärmeregelungsapparates, steht nicht unter dem Einfluß des Willens, sondern arbeitet nach den von außen kommenden Wärmereizen und den im Körper bestehenden Wärmeverhältnissen stets als ein Ganzes, so daß immer nach allen Seiten hin ein gleichmäßiger Wärmeabfluß erfolgt. Das Blutgefäßnervensystem steht

natürlich mit dem übrigen Nervensystem, von dem es ja nur ein Teil ist, in engstem Zusammenhang.

Unter den gewöhnlichen Verhältnissen der normalen Körperwärme vermag sich der Körper selbst bei verhältnismäßig schroffem Temperaturwechsel ziemlich schnell neuen Wärmeverhältnissen anzupassen, sobald er aber erhitzt ist, bedarf er einiger Zeit, um sich für eine neue, durch plötzliche Temperaturveränderung bedingte Sachlage einzurichten. So ist es zu verstehen, warum sich jemand erkältet, der sich nach einem erhitzenden Marsch oder Tanz auf den kalten Erdboden oder in ein kaltes Zimmer setzt. Der Körper, der bis jetzt alle verfügbaren Wärmeregulatoren in angespannteste Thätigkeit gesetzt hatte: die Wärmeleitung, die Wärmestrahlung und — mit Hilfe des Schweißes — die Verdunstung, fährt, ehe er sich für die völlig veränderten Verhältnisse eingerichtet hat und obwohl er jetzt keine Wärme mehr verlieren dürfte, trotzdem eine Zeit lang fort, Wärme nach außen hin abzugeben; der hierdurch in zu schnellem Tempo und über das erlaubte Maß hinaus herbeigeführte Wärmeverlust kommt erst zum Bewußtsein, wenn es bereits zu spät ist und ein den ganzen Körper durchschauerndes Frostgefühl uns belehrt, daß unser Wärmehaushalt eine tiefergehende Störung erlitten hat, mit einem Worte, daß wir uns eine Erkältung zugezogen haben. Vor dieser Erkältung hätten wir uns dadurch bewahren können, daß wir nach jenem erhitzenden Marsch (oder Tanz) uns in ein warmes Zimmer setzten — im Winter an den warmen Ofen, wie es die Förster und Landleute machen — oder daß wir es machten, wie die Besitzer edler Pferde zu thun pflegen, die ihre Tiere nach einem erhitzenden Ritt längere Zeit im Schritt herumführen lassen, um sie vor Erkältung zu schützen, nämlich dadurch, daß dem Körper bei mäßiger Bewegung Zeit gegeben wird, sich den veränderten Wärmeverhältnissen anzupassen. Das Versäumnis dieser Vorsichtsmaßregel hat oft die gefährlichsten Erkältungskrankheiten zur Folge.

Anders in seinen Ursachen, aber kaum verschieden in seinen Wirkungen läuft der Erkältungsprozeß ab, wenn von vornherein nur ein kleiner Teil des Körpers, namentlich bei oder nach stärkerer Erhitzung, besonders stark abgekühlt wird, wie bei Durchnässungen der Füße oder anderer Teile. Der Organismus verhält sich hierbei, wie schon gesagt, als wirkte die Kälte nicht auf einen Teil, sondern auf die ganze Körperoberfläche und hier pflegt dann der Körper an einer ganz anderen Stelle zu erkranken, als an der von der Kälte getroffenen, meist an solchen, die überhaupt eine geringere Widerstandsfähigkeit gegen schädliche Einflüsse besitzen. Wer z. B. mit nassen Füßen längere Zeit ruhig sitzt, empfindet dann ein Frostgefühl am ganzen Körper, zum Beweise, daß das Blut aus der ganzen Körperoberfläche ins Innere entwichen ist; dasselbe strömt den inneren Teilen zu, sie mit Blut überfüllend und der Gefahr einer Erkrankung aussetzend. Dagegen schaden nasse Füße nicht, so lange als man geht und sie durch die Bewegung warm erhält. Um so größer wird die Gefahr jedoch, wenn man dann zur Ruhe kommt, was Pettenkofer sehr hübsch auf folgende Art erklärt. Wenn auch nur 6 Lot Wolle an den Strümpfen durchnäßt sind, so erfordert das Wasser darin, wenn man die Strümpfe an den Füßen trocknen läßt, so viel Wärme zu seiner Verdunstung, daß man mehr als ein Pfund Eis damit schmelzen könnte. Die Zumutung, bei erhitztem Zustande des Körpers ein Pfund Eis mit den Füßen zum Schmelzen zu bringen, würde jeder mit Entrüstung von sich weisen und doch! wie mancher thut dasselbe, wenn er es unterläßt, nasses Fußzeug oder nasse Kleidung zu wechseln.

Der Grund, warum solche plötzliche Änderungen im Wärmehaushalt so schädliche Folgen haben, um so schädlichere, je plötzlicher sie über den Körper hereinbrechen, begreift sich am leichtesten an der Hand eines Beispieles. Unter gewöhnlichen Verhältnissen hat die Entleerung selbst eines überfüllten Theaters für seine Besucher nicht die mindeste Gefahr, weil dieselben

sich Zeit lassen und die Entleerung ordnungsmäßig und allmählich erfolgt. Wenn aber beispielsweise der Ruf „Feuer" die Menge von ihren Sitzen aufschreckt und alles zu den Ausgängen drängt und stürzt, so geraten bei den unvermeidlichen an Thüren und Treppen eintretenden Stockungen Leib und Leben vieler in Gefahr, wie die schrecklichen Theaterbrände der letzten Jahre bewiesen haben. Genau so erklärt es sich, warum bei einem durch den Kältereiz bedingten plötzlichen Eintritt einer vollständigen Änderung in den Verhältnissen der Wärmeabgabe, wobei plötzlich eine übergroße Blutmenge aus der Haut in das Innere des Körpers gepreßt wird, so leicht Störungen und Stockungen in den schwächeren Organen eintreten.

Eine dritte Form der Erkältung, die mit Vorliebe zu dem führt, was man im gewöhnlichen Leben „Rheumatismus" zu nennen pflegt, kommt auf andere Art zustande, als die beiden vorigen. Irgend ein Körperteil, der unvermerkten Einwirkung eines feinen „Zuges" oder der Wärmestrahlung ausgesetzt, kühlt unter Umständen z. B. bei ganz ruhigem Verhalten, ohne daß es weiter zum Bewußtsein kommt und ohne daß — infolge dessen — die nötige Wärmereaktion dagegen eintritt, bis zu einem Grad ab, den der ganze Körper ohne die schwersten Gesundheitsbeschädigungen niemals ertragen könnte. Diese jedermann bekannte Erkältungsform beschleicht ihre Opfer meist in recht tückischer Weise. Gefährlich in dieser Beziehung ist der Platz am Fenster vor Nähtisch oder Schreibtisch, sowie das Schlafen an einer Außenwand des Hauses. Nach längerem ruhigem Sitzen bemerkt man dann oft plötzlich, daß Schulter oder Hüfte schwerbeweglich oder ganz steif und bei Bewegung schmerzhaft sind und bei näherer Untersuchung stellt sich heraus, daß der Teil eisig kalt geworden ist. Diese Wärmeverluste entstehen durch Wärmeausstrahlung des Körpers gegen das kalte Fenster oder die Mauer und treten besonders leicht ein in Zimmern, die noch nicht durchgeheizt sind, ebenso in der ungeheizten Kirche nach längerem erhitzendem

Gehen, namentlich im Frühjahr, wo es draußen schon wieder wärmer wird. Daher rührt z. B. auch das ungemütliche Frösteln, das man im Winter in frisch angeheizten Gasthofzimmern trotz der hohen Lufttemperatur bei dem glühenden Kanonenofen zu empfinden pflegt. Wände und Möbel sind trotz des Heizens noch kalt geblieben und strahlen ihre Kälte gegen die darin befindlichen Personen aus (und strahlen umgekehrt die letzteren ihre Wärme gegen die Möbel und Wände aus). Man macht bei solchen Verhältnissen oft fälschlicherweise den „Zug" verantwortlich für das beim Schlafen oder längeren Sitzen an einer Wand entstehende Kältegefühl der betreffenden Körperseite; wenngleich in der Nähe schlecht schließender Fenster häufig wirklicher Zug sein Wesen treibt, so ist doch auch oft genug vom Zug d. h. von einem kalten Luftstrome keine Spur vorhanden, sondern es ist lediglich die Kälte der Wand, welche den Körper zu der leidigen Wärmeausstrahlung nötigt, d. h. zu Wärmeverlusten durch Ausstrahlung der Körperwärme gegen die kalte Wand. Wenigstens beseitigt oder vermindert eine an der Wand ausgebreitete wollene Decke diesen Übelstand, zum deutlichsten Beweise, daß es sich um Wärme*strahlung* handelt, denn gegen wirkliche Zugluft vermöchte der wollene Teppich, der hundertmal mehr Luft durchläßt als die Wand, nicht zu schützen.

Die Ausführlichkeit, mit der hier die Erkältung behandelt ist, rechtfertigt sich durch den Umstand, daß nichts mehr geeignet erscheint, die Bedeutung der Haut und die Wichtigkeit ihrer Hauptfunktion, der Wärmeregelung für Leben und Gesundheit des Menschen ins rechte Licht zu setzen und zum allgemeinen Verständnis zu bringen. Andererseits ist aber auch das Wesen der Erkältung, von der doch fast täglich die Rede ist, im ganzen so wenig bekannt, daß manchem diese Ausführungen schon an sich nicht unwillkommen sein werden.

3. Die Diätetik der Haut.

Die Kenntnis des Baues und der Verrichtungen der Haut, so unvollkommen sie hier auch nur gegeben werden konnten, bilden doch die Vorbedingung für die Einsicht in ihre krankhaften Veränderungen. Zunächst indessen handelte es sich darum, die gesunde Haut als ein Ganzes und ihre Bedeutung für den Menschen kennen zu lernen, um daran Betrachtungen über ihre Pflege knüpfen zu können.

In zweierlei Beziehungen spricht man von Hautpflege, in Hinsicht auf die Schönheitspflege, die Kosmetik, und in Hinsicht auf die gesundheitliche Pflege der Haut. Dieser Trennung liegt ein Irrtum zu Grunde, ein Mangel an Verständnis für die Lebensbedingungen der Haut und ihr Verhältnis zum Gesamtorganismus. Die Schönheit der Haut beruht doch vor allem, wenn auch nicht allein, auf der Gesundheit des Körpers. Nicht, als ob jede Krankheit einen ganz bestimmten schädigenden Einfluß auf die Haut haben müßte: aber die Haut ist doch ein zu getreuer Spiegel der Gesamternährungsverhältnisse, als daß bei einer irgendwie etwas tiefer gehenden Störung des Organismus die Haut in ihrer Ernährung, ihrer Färbung u. s. w. nicht Abweichungen vom Normalen zeigen und eine Einbuße an Schönheit erleiden müßte. Einem kundigen Auge verrät der Zustand der Haut in weitgehender Weise die Vorgänge, welche sich im Innern des Körpers abspielen. Alle Krankheiten, welche mit starkem Verbrauch an Material und Kräften des Körpers einhergehen, bedingen ein Erbleichen und Verfärben der Hautdecken und Zehren am Unterhautbindegewebe, wodurch die runden schwellenden Formen der Glieder verloren gehen, oft schon in den ersten Anfängen der Krankheit. Wie manche „interessante“ junge Schönheit mit ihren glänzenden Augen und ihrer durchscheinenden Haut trägt ahnungslos den bereits in der Entwicklung begriffenen Keim der Schwindsucht mit sich herum! Die durch die verschiedenen

Krankheiten bedingte verschiedenartige Zusammensetzung des Blutes offenbart sich durch eine ganz unverkennbare Hautfarbe. Gerade der Farbenton leitet den Arzt oft schon frühzeitig auf den Sitz der Krankheit hin: das schmutzige, erdfahle Gelb einer abgemagerten Haut auf ein Krebsleiden, ein geradezu gelber Farbenton auf Leberleiden; die gedunsene Haut Nierenkranker zeigt häufig eine schmutzige grünlich gelbe Färbung. — Umgekehrt gehen auch von der Haut die tiefgehendsten Wirkungen auf den Gesamtorganismus aus, wie sich bereits an dem Beispiel der Erkältung zeigte. Haut und Gesamtorganismus stehen somit in lebhafter Wechselwirkung, ohne daß jedoch erstere verzichten müßte auf ein gewisses ihr eigentümlich zukommendes Leben und Funktionieren. Das und praktische Gesichtspunkte allein rechtfertigen die Trennung der Hautpflege in eine gesundheitliche als Teil der Gesundsheitspflege des Körpers und in eine Schönheitspflege (Kosmetik).

Von allen Organen des Körpers ist die Haut den Einwirkungen von außen am unmittelbarsten zugänglich, und da sie von vornherein darauf hin eingerichtet ist, mit den Einflüssen der Außenwelt in lebendige Wechselwirkung zu Nutz und Frommen des Ganzen zu treten, so liegt es nahe, daß man durch gewisse Maßnahmen auf die Haut auch einen wohlthuenden Einfluß auf den ganzen Menschen auszuüben im stande sein wird, sowie, daß es andererseits Einflüsse geben muß, welche nicht bloß auf die Haut, sondern auf den ganzen Körper schädigend wirken. Danach besteht die Hautpflege in der Bewahrung vor schädlichen Einflüssen von außen, sowie in Maßregeln, welche die Haut in den Stand setzen sollen, ihre vielfach komplizierte Thätigkeit zu Nutz des Körpers nach allen Seiten hin zu entfalten. Um ersteres zu erreichen, namentlich auch Erkältungen zu vermeiden, darf man nun nicht in eine systematische Verzärtelung der Haut verfallen, deren sich so viele, vor allem aus der schöneren Hälfte der Menschheit schuldig machen. Der Gelegenheit und der Gefahr der Er-

kältung steht man im täglichen Leben unendlich oft gegenüber, ohne daß man sich gerade jedesmal wirklich erkältet. Wer diese Gelegenheit absolut zu meiden im stande wäre, würde natürlich die Erkältung nur vom Hörensagen kennen. Von dieser Idee der absoluten Vermeidung lassen sich in der That gar viele Frauen bestimmen und behängen bei jeder Gelegenheit sich und die unglücklichen Ihrigen an Hals, Leib und Füßen mit Wolle und Pelz, als gelte es eine Nordpolexpedition, und ein Gang ins Freie bei „rauher Luft“ erscheint ihnen als Frevel an der Gesundheit. In ihrem Bestreben, den bösen Zug oder die Kälte zu vermeiden, erreichen sie weiter nichts, als eine derartige Verwöhnung und Verweichlichung des Körpers, daß derselbe in einem unbewachten Augenblick um so sicherer dem gefürchteten Feinde zum Opfer fallen muß. Auf diese Weise wird die Haut in einer Weise verzärtelt, daß ihr Besitzer sich einen Schnupfen zuzieht, wenn er über einen zugigen Korridor geht, oder einen Katarrh, sobald er im Winter einmal ein Fenster öffnet. Mit dieser übertriebenen Erkältungsfurcht erreicht man in Wirklichkeit gar nichts, oder vielmehr das Gegenteil von dem, was man erreichen will. Es ist in der That höchst unverständig und thöricht zu glauben, daß man sich auf die Dauer gegen die schädigenden Einwirkungen des Klimas verwahren könne durch ein paar wollene Tücher, Mäntel und Gamaschen oder durch ängstliche Vermeidung jedes rauhen Lüftchens.

Weit vernünftiger und ersprießlicher erscheint eine gewisse Stählung und Abhärtung gegen das uns umgebende Klima, weil sie uns allein in den Stand setzt, seinen Einflüssen erfolgreich die Spitze zu bieten. Der Körper besitzt eine wunderbare Elastizität, sich den außerordentlich wechselnden Bedingungen seiner Existenz anzupassen und dabei gesund zu sein, wie ein oberflächlicher Blick auf die unendlich mannigfaltige Lebensweise der verschiedenen Völkerschaften unter wesentlich denselben klimatischen Verhältnissen, ja der verschiedenen Volks-

schichten eines und desselben Volkes lehrt. Das muß für jeden eine Mahnung sein, auch seinerseits den Körper nach Kräften in den Stand zu setzen, sich durch eigene Kraft zu schützen gegen Einflüsse, denen er täglich ausgesetzt ist und denen er doch einmal nicht ausweichen kann. Man braucht es in der Abhärtung noch gar nicht so weit zu bringen wie die Fuhrleute und Feldarbeiter, welche man bei arger Winterkälte in außerordentlich dürftiger Kleidung auf dem langsam fahrenden Ackerwagen sitzen zu sehen oft genug Gelegenheit hat. Während diese Ackerknechte, die von Jugend auf jedem Wind und Wetter die Stirn zu bieten gewohnt waren, gar keine besonderen Abhärtungsmaßregeln bedürfen, muß die verwöhnte Städterin in der behutsamsten Weise dabei vorgehen, vorausgesetzt, daß sie im übrigen gesund ist. *Zur Abhärtung gehört nämlich ein gesunder Körper, der über ein gewisses Maß von Kraft und eine gehörige Blutmenge verfügt,* um den durch die Abhärtungsmaßregeln bedingten Eingriffen in seinen Wärmehaushalt gewachsen zu sein. Es giebt viele, deren körperliche Schwäche ihnen von vornherein *alle Abhärtungsversuche verbietet,* weil sie, von Jugend auf verzärtelt, nur notdürftig so viel Wärme erzeugen, als zur Erhaltung ihrer Gesundheit durchaus erforderlich ist und die mit so geringer Widerstandskraft ausgestattet sind, daß *alle Abhärtungsversuche als ein gewagtes Spiel* betrachtet werden müssen. So muß man *nervöse Damen, viele Bleichsüchtige,* namentlich wenn sie ihren 29. Geburtstag bereits gefeiert haben und überhaupt körperlich Herabgekommene, im *allgemeinen* sehr vor kalten Bädern warnen. Man sieht solche Schwächlinge oft genug ihrem Körper, manchmal selbst gegen den Rat ihres Arztes, die Zumutung stellen, eine Kaltwasser- oder auch eine Seebadekur durchzumachen. Auf diese gedankenlose und sträfliche Anwendung von Seebädern ist die so häufig zu vernehmende Klage von der Nutzlosigkeit nicht bloß, sondern von der *direkten Schädigung*

durch die Seebäder zurückzuführen. — Auch kleinere Kinder dürfen nicht mit Abhärtungsversuchen geplagt werden und jene englische Mode, die Kleinen mit nackten Schultern, Armen und Beinen der Eitelkeit ihrer Eltern zu Liebe herumlaufen zu lassen, muß schon darum scharf getadelt werden, weil gerade diese selben Kinder im übrigen verweichlicht zu werden pflegen. Übrigens geht es mit den jungen Mädchen vielfach nicht anders, und die Anforderungen, die ein Ballabend in Balltoilette, entblößten Schultern, dünnen Strümpfen und Schuhen, Erhitzung durch Tanzen und Sitzen bei erhitztem Körper an einer kalten Wand an die Gesundheit und Widerstandsfähigkeit einer großen Zahl junger Mädchen macht, sind gar nicht zu entschuldigen. Man fragt unter solchen Verhältnissen ganz unwillkürlich nach der sonst überall Erkältungsgefahr witternden Mutter oder Tante; aber man begreift dergleichen, wenn man sich überlegt, daß die Eitelkeit der Menschen die Furcht meist noch zu übertreffen pflegt. Man braucht der Jugend gar nicht ihre Freude zu verkümmern, aber man sollte doch die der Gesundheit schuldigen Rücksichten nicht so ganz aus den Augen lassen. Die weibliche Bekleidungsart bietet hinsichtlich ihrer Beziehungen zur Gesundheit überhaupt zu mancherlei Betrachtungen Anlaß. Im Sommer ist sie zu leicht, im Winter zu schwer, namentlich am Oberkörper; derselbe wird dann ebenso wie der Kopf, besonders beim Ausgehen mit einer Unzahl von wollenen Kleidungsstücken eingehüllt, oft weit über alles vernünftige Maß hinaus. Der Unterkörper dagegen, Unterleib, Füße und Beine, Partien, die gerade bei Frauen des wärmenden Schutzes der Wolle in hervorragendem Grade bedürftig sind, werden gewöhnlich recht stiefmütterlich behandelt. Es kommt nämlich nicht so sehr auf das Viel an, sondern hauptsächlich auf die richtige Verteilung. Hier findet man in der That die äußersten Gegensätze nach beiden Seiten hin, die zu nichts Gutem führen. Das einzig Gesundheitsgemäße ist wie für jedermann so auch für Kinder und junge Mädchen eine warme anschließende Kleidung, an

der die Wolle nicht gespart, aber auch jedes Übermaß strenge vermieden wird. Diese Sparsamkeit in der Kleidung in der Absicht, die Gesundheit zu erhalten und den Körper gegen die Einflüsse des Klimas zu härten, darf aber gewisse Grenzen nicht überschreiten, sie darf nur so weit gehen, als der Körper wirklich im stande ist, die nötige Wärme hervorzubringen und trotz Temperaturwechsel und Kälte auch aufrecht zu erhalten. Wer hier in vernünftiger Würdigung der Verhältnisse das Richtige zu treffen weiß, ist gegen Erkältung am besten gesichert und bedarf dann auch z. B. im Winter des verweichlichenden Halstuches und anderer kleiner Hilfen nicht. Er genießt vielmehr eines gewissen Vorteiles Halstuchträgern gegenüber, welche sich so oft erkälten, sobald sie unvorsichtiger- oder vorwitzigerweise das gewohnte Halstuch einmal fortlassen.

Mit dieser wohlüberlegten Sparsamkeit in der Kleidung allein ist es jedoch nicht gethan. Hautpflege und Abhärtung wollen gewohnheitsmäßig und täglich geübt sein, nicht bloß gelegentlich und stoßweise; und an Gelegenheit dazu fehlts niemanden. Kaltes Wasser und frische Luft zu dem Zweck stehen ja jedem zur Verfügung, sie wollen nur richtig gebraucht und fleißig benutzt sein. Wem es nur irgend die Verhältnisse gestatten, der sollte sich täglich einige Stunden in frischer Luft bewegen oder wenigstens so oft wie möglich und zwar bei jedem Wind und Wetter Sommers wie Winters, was einem Gesunden bei vernünftigem Verhalten nie Schaden bringen wird. Es ist aber wichtig, nie ohne ein bestimmtes Ziel oder einen bestimmten, wenn an sich auch noch so gleichgültigen Zweck auszugehen. Viele spannt nämlich das planlose nur nach der Uhr bestimmte und doch nur der Gesundheit halber unternommene Spazierengehen so sehr ab, daß sie nicht den mindesten Nutzen von der frischen Luft haben. Besser als das ziellose Umhergehen und -Stehen, das für lebhafte Naturen nur in angenehmer Gesellschaft erträglich ist, sind kleine Wan-

derungen mit bestimmtem Ziel und Zweck. Der Städter sollte statt der üblichen Spaziergänge womöglich ein- oder mehreremal in der Woche der Stadt entfliehend solche mehrstündige Wanderungen unternehmen. Außer dem Nutzen für seine Gesundheit bringen sie ihm auch noch eine sehr ersprießliche Kenntnis von Land und Leuten, die ihm die Spaziergänge nicht gewähren. So pflegten wir als Studenten von Leipzig aus durch die „Haardt“ (einen schönen Laubwald) nach der 2½ Stunden entfernten Eisenbahnstation Gaschwitz zu wandern, entweder „um den Zug nach Leipzig nicht zu versäumen“, wie wir uns scherzweise ausdrückten, oder „um zu sehen, ob es schon Ziegenkäse gebe“ (eine landesübliche Delikatesse), oder dergleichen. Diese Wanderungen waren uns eine Quelle vielen Vergnügens und ließen uns wenigstens auf Stunden bei gesunder energischer Körperbewegung die erfrischende Land- und Waldesluft atmen. Nicht warm genug können wir das Radfahren aus gesundheitlichen Rücksichten empfehlen, das Zweiradfahren für Jünglinge und das Dreiradfahren für Männer. Es bietet nicht nur das reichste Vergnügen, sondern auch eine ganz außerordentlich gesunde Bewegung. Anders ist es allerdings mit dem Radwettfahren, was nicht nur sehr anstrengend ist, sondern unter Umständen auch gefährlich werden kann.

Für das weibliche Geschlecht sind freilich einige Einschränkungen geboten, aus kosmetischen und anderen Gründen. Sonnenbrand und rauhe Winde härten und bräunen die Haut in einer Art, daß sie wohl einem Seemann oder Landmann als Ausdruck robuster Kraft und Gesundheit zur Zierde oder Behagen gereichen können. Diese rauhe Schönheit des Mannes kann aber dem Weibe nie begehrenswert erscheinen, vielmehr muß es darauf bedacht sein, die duftige Zartheit seines Wesens, die als dem Charakter des Weibes entsprechend das Wohlgefallen erregt, auch in einer zarten schönen Haut zu erhalten und zu mehren. Ohne den Grundsatz aus den Augen zu verlieren, daß die wirkliche Schönheit in der Ge-

sundheit wurzelt, daß also alle Bemühungen zu ihrer Erhaltung und Pflege auch der Schönheit zu gute kommen sollen, muß doch alles vermieden werden, was die Haut zu sehr reizt. Nun sind zwar Sonnenschein und scharfe frische Winde an sich der Stählung der Gesundheit sehr dienlich, doch wegen ihres Einflusses auf die Haut, die sie zum Abschilfern bringen, hart machen und in wenig erwünschten roten und bräunlichen Tönen färben, mit einer größeren Vorsicht und Auswahl zu unternehmen, als junge Männer zu beobachten nötig haben. Handschuh, Schleier und Sonnenschirm, so wechselnd die Mode sie auch immer gestalten mag, werden daher stets die unentbehrlichen Begleiter der Frauenwelt bleiben müssen, doch dürfen dieselben nicht zum völligen Abschluß von Luft und Licht gebraucht werden, da grade auch die unmittelbare Einwirkung des Sonnenlichtes auf die Haut von bedeutsamem Einfluß ist auf die Entwickelung, namentlich für das Blut. Eine andere Form der körperlichen Bewegung als die durch Spaziergänge und noch viel wärmer zu empfehlen sind die Bewegungsspiele: Ball- und Kegelspiele, weil sie dem Körper eine viel allseitigere und energischere und darum auch viel kräftigerende Bewegung zumuten. Näheres darüber giebt die kleine Schrift: „Bewegungsspiele im Freien“ von Dr. Clasen (Verlag von D. Gundert in Stuttgart. Preis 50 Pf.)

Ähnlich steht es mit dem Gebrauch der kalten Bäder. Die bei der Männerwelt, namentlich der jüngeren und jüngsten so beliebten und ohne Zweifel der Mehrzahl auch sehr dienlichen kalten Fußbäder sind Frauen nicht so ohne weiteres und ohne alle Einschränkung zu empfehlen. Kalte Bäder üben einen dem weiblichen Geschlecht jedenfalls nicht sehr erwünschten Einfluß auf die Haut aus, indem sie ihr zu einer gewissen Härte und Rauhigkeit, die sich bis zu einer kleienartigen Abschilferung steigern kann, und zu einer unangenehmen Rötung verhelfen können, wenn sie es auch nicht in allen Fällen wirklich thun. Es wäre nun aber durchaus verkehrt, wollte man

annehmen, daß dem weiblichen Geschlecht nun ein für alle Mal das kalte Bad verboten und verbittert werden sollte und daß jedes kalte Bad diese jedenfalls nicht erwünschten Folgen haben müßte; wovor aber gewarnt werden muß, das sind die Übertreibungen nach zwei Richtungen hin, nämlich zu kalte und zu lang dauernde Bäder und Douchen. Und noch ein anderes ist es, wovor man Frauen und Mädchen grade beim Baden warnen muß. Eine allgemein verbreitete und aus Besorgnis vor Erkältung ängstlich befolgte Regel verlangt nämlich, „man solle mit großer Vorsicht ins kalte Bad gehen“, was ja auch gewiß richtig ist. Aber diese Regel veranlaßt durch die Art ihrer Befolgung häufig genug Erkältungen. Um nämlich sicher nicht erhitzt ins Bad zu gehen, entkleiden sich Viele bis aufs Hemd und warten dann in diesem Zustande, bis ihnen vor Kälte die Zähne klappern. Das ist natürlich grundfalsch. Man muß Wärme zuzusetzen haben, wenn man ins kalte Bad geht, sonst erkältet man sich, weil ja das kalte Bad an sich schon dem Körper Wärme entzieht und zwar einem schwächlichen sehr leicht zu viel. Aber allerdings darf man nicht baden, so lange man noch erhitzt ist. Man warte also in den Kleidern, bis sich der Herzschlag wieder völlig beruhigt hat und alle Erhitzung völlig verflogen ist. Dann entkleide man sich rasch und gehe schnell ins Wasser ehe man kalt wird, selbst wenn die Haut noch etwas feucht von Schweiß sein sollte, was sich an heißen Sommertagen kaum vermeiden läßt. Der Verbleib im Wasser muß sich im allgemeinen nach Konstitution und Wohlbefinden richten, so daß z. B. robuste Herren weit länger im kalten Bade verweilen dürfen als schwächliche Damen. Für jeden aber ist es hohe Zeit, das Bad zu verlassen, sobald ein gewisses Frösteln oder die bekannte Gänsehaut sich einstellt, als Zeichen, daß der Wärmehaushalt des Körpers an der Grenze seiner Leistungsfähigkeit steht, die man nicht ungestraft auf eine zu harte Probe stellt. Wenn auch nicht jedesmal ein greifbarer Schaden durch zu

lange fortgesetztes Baden entsteht, so ist dasselbe doch namentlich bei öfterer Wiederholung ohne Frage nachteilig für die Gesundheit, was sich kundzugeben pflegt durch ein auf das Baden folgendes lebhaftes Gefühl von Mattigkeit und Schwäche und selbst Appetitlosigkeit, Erscheinungen, die manchmal nur Stunden und halbe Tage lang anhalten, zuweilen aber auch erst nach Tagen verschwinden. Dem kalten Bade soll vielmehr ein wohlthuendes Gefühl erhöhter Kraft und Behaglichkeit folgen. Wo das nicht der Fall ist, war entweder das Bad zu lang ausgedehnt oder überhaupt nicht am Platze und ist daher in Zukunft abzukürzen oder aufzugeben.

Wie über die kalten Bäder, so sind auch über die warmen Bäder eine Anzahl Vorurteile verbreitet, zum Nachteil für die mehr als die Männer darauf angewiesenen Frauen. Irrtümlicher Weise sagt man nämlich den warmen Bädern nach, sie erschlafften und verweichlichten, und doch hat diese Behauptung nur Gültigkeit für zu warme und zu lang dauernde warme Bäder. Was die kalten Bäder bedeuten für kräftige und vollsaftigere Naturen, das sind für weniger starke, blutarme, nervenschwache Personen, also für einen großen Teil unserer Frauenwelt Bäder von 26—28°R. und etwa 15 Minuten langer Dauer. Doch dürfen auch diese Bäder nicht bei vollem Magen genommen werden; die geeignetste Zeit dafür ist morgens gleich nach dem Aufstehen oder gegen Abend vor dem Abendessen. Diese Art Bäder bringen durch die häufige Entfernung des anhaftenden Schmutzes, sowie der unaufhörlich sich abstoßenden abgestorbenen ältesten Oberhautschüppchen einen Zustand von Reinlichkeit mit sich, der nicht bloß einen höchst wohlthuenden Einfluß auf das Gesamtbefinden ausübt, sondern auch vielen jenen Reiz duftiger Frische verleiht, welcher den Mangel an Schönheit oft ganz übersehen läßt. Sie verleihen der Haut jene schwellende und blutreiche Beschaffenheit, welche man als Kennzeichen und Bedingung einer schönen, gesunden Haut ansieht, indem sie die Haut nicht bloß direkt, sondern auch indirekt

durch ihre wohlthuenden Einwirkungen auf das Wohlbefinden des ganzen Körpers in günstigster Weise beeinflussen.

Jedem Bade, kaltem wie warmem, soll man eine gehörige Frottierung der Haut folgen lassen; besser als die Frottierhandtücher oder Frottierhandschuhe aus Flanell oder aus dem bekannten zottigen Baumwollgewebe eignen sich zu diesem Frottieren die neuerdings eingeführten Louffaschwämme, die auch im angefeuchteten Zustande eine gewisse Rauhigkeit behalten, während jene namentlich in Berührung mit Seife eine aalglatte, schmierige Beschaffenheit annehmen, bei der von einem wirklichen Frottieren keine Rede mehr sein kann.

So gut und nützlich nun solche Bäder auch sind, so vermag doch nicht jedermann sich dieselben zu verschaffen, durch äußere Umstände daran gehindert. Das Gute ist auch hier des Besseren Feind; wer nicht baden kann, sollte doch tägliche Waschungen und Abreibungen des Körpers vornehmen, am besten morgens nach dem Aufstehen oder abends vor dem Zubettgehen, die ebenfalls, wenn sie Sommer und Winter jahrelang fortgesetzt werden, von vorzüglicher Wirkung sind. Hinsichtlich der Wassertemperatur behalten die oben dargelegten Grundsätze ihre Gültigkeit: Je kräftiger und blutreicher der Körper, desto kältere Temperaturen darf und muß man anwenden, je schwächlicher und blutärmer, um so wärmeres Wasser. Bei den Waschungen muß aber stets das kalte Wasser um einige Grade kälter und das warme Wasser um einige Grade wärmer sein als für die entsprechenden Bäder, weil die Allgemeinwirkung auf den Körper nicht so wuchtig und massig ausfallen kann, wie bei jenen, wo es sich immer um die gleichzeitige Einwirkung großer Wassermassen auf die gesamte Körperoberfläche handelt. Die kalten Waschungen müssen morgens unmittelbar nach dem Aufstehen vorgenommen werden, weil der im Bett gleichmäßig und wohldurchwärmte Körper jetzt am besten der Einwirkung des kalten Wassers Widerstand zu leisten vermag. Zu der Abendwaschung werden dagegen manche, auch wenn sie die morgendliche kalte Abwaschung gut vertragen,

warmes oder wenigstens lauwarmes Wasser verwenden müssen, um sie mit Vorteil und Wohlbehagen zu genießen. Dasselbe kalte Wasser nämlich, das morgens bei gleichmäßiger Durchwärmung des Körpers wohlthuend und erfrischend wirkte, würde abends, wo die Körperwärme geringer und namentlich ungleichmäßiger verteilt ist, für schwächliche oder nervös angelegte Naturen ein zu starker Eingriff sein, während gerade eine warme Abwaschung sich bei vielen derartig Veranlagten als ebenso wohlthuend wie nervenstärkend und -beruhigend erweist und vor dem Zubettgehen vorgenommen für manche geradezu schlafbefördernd wirkt. Der kalten oder warmen Abwaschung, die man am besten mit kindskopfgroßem (großporigem) Schwamm vornimmt, folgt natürlich sofort eine gehörige Abreibung bis zur völligen Trocknung. Will man die Wirkung derselben noch verstärken, so bedient man sich auch hier eines nassen Louffaschwammes, ehe man sich mit einem rauhen Leintuch oder einem Stück Flanell völlig trocken reibt. Zum Abreiben, wie überhaupt zum Abtrocknen, sollte man nie etwas anderes als die groben, dicken Leinhandtücher gebrauchen, welche einerseits im stande sind, viel Wasser von der Haut fortzunehmen und andererseits so rauh sind, daß sie die Haut auch wirklich frottieren und geradezu rot reiben. Außer dem kalten Wasser ist das grobe Handtuch das wichtigste Kosmetikum, das fleißig täglich, im Sommer wie im Winter, gebraucht sein will, soll es anders seine wirklich vorzüglichen Wirkungen für Gesundheit und Schönheit entfalten.

Will man die Einwirkungen des kalten Wassers noch kräftiger haben, so bedient man sich desselben in Form der kalten Abreibungen. Zu dem Zweck nimmt man ein reichlich 2 Meter langes und breites, in kaltem Wasser ausgerungenes Leintuch, klemmt den Zipfel desselben unter die Achsel und dreht sich nun, auf dem Fleck stehend, herum, während die Hilfsperson das Leintuch an dem andern Zipfel ausgespannt erhält. Auf diese Weise wickelt man sich in das Leintuch hinein, indem man bei der ersten Drehung das Tuch

unter der andern Achsel, bei der zweiten aber über Schultern und Arme weggehen läßt. Nach der Einwickelung stopft die Hilfsperson den bis dahin festgehaltenen Zipfel am Halse ein und klemmt auch das Leintuch zwischen die Beine gut ein, so daß es möglichst faltenlos dem Körper anliegt. Es muß das alles etwas rasch und energisch gemacht werden, damit nun sofort das Abreiben beginnen kann. Dies wird nun so gemacht, daß die flach an den Körper des Abzureibenden angedrückten Hände — ebenfalls in beschleunigtem Tempo — reibend auf- und niedergeführt werden und zwar jeden Teil des Körpers mit gleicher Gerechtigkeit behandelnd — alles der Reihe nach und mehrmals wieder von vorne beginnend. Die Wirkung dieser einfachen kalten Abreibung kann man durch wiederholtes Übergießen des wieder warm gewordenen Eingewickelten (Lakenbad) beliebig verstärken, ebenso wie man sie abschwächen kann durch möglichstes Ausringen und durch Benutzung eines ganz dünnen Leintuchs.

Es ist nun nicht erforderlich, jedesmal Seife zu solchen Abwaschungen zu verwenden, aber ein- bis zweimal wöchentlich ist doch eine Seifenwaschung aus Reinlichkeitsgründen sehr zu empfehlen.

Man sieht, wie diese Art von Hautpflege die für die Gesundheit wie für eine schöne Erscheinung gleich wichtige Reinlichkeit in sich schließt, so daß es unnötig erscheint, ihre Bedeutung nach diesen beiden Richtungen hin noch besonders hervorzuheben. Nur ein Punkt verdient noch der Erwähnung. Es ist nicht genug gethan mit der Reinlichkeit des Körpers, man muß auch auf die größte Reinlichkeit am Körper halten und deshalb häufig die Leibwäsche wechseln. Namentlich das wollene Unterzeug bedarf häufigen Wechsels, da die mit sauer werdendem Schweiß und Hauttalg angefüllte Wolle sehr ungünstig auf die Haut einwirkt. Nichts ist verkehrter, als den Wechsel nur nach bestimmten Zeiträumen vorzunehmen. Im Sommer macht sich aus naheliegenden Gründen ein viel häufigerer Wechsel nötig als im Winter, wo die Thätigkeit der Haut überhaupt eine

weit geringere Lebhaftigkeit zeigt. Hinsichtlich des Wechsels darf einzig und allein die Frage entscheiden, ob die Kleidungsstücke noch hinreichend rein sind oder nicht, gerade wie man den Wechsel der übrigen Wäsche nur nach diesem Gesichtspunkte vornimmt.

Bei dem innigen Wechselverhältnis zwischen der Haut und dem übrigen Körper versteht es sich von selber, daß man mit der direkten Hautpflege nicht immer ausreicht. Wie schon früher erwähnt, spiegelt sich sozusagen der gesundheitliche Gesamtzustand des Körpers stets auf der Haut ab und eine gesunde und schöne Hautfarbe und -fülle, ein guter Teint bei irgend erheblichen Störungen im Organismus gehört, wenn auch nicht zu den Unmöglichkeiten, so doch zu den Ausnahmen. Hier, wo das Arbeitsfeld des Arztes beginnt, muß der Kosmetiker Halt machen und darf nur darauf hinweisen, daß manche körperliche Zustände, die man zu den Krankheiten noch nicht zählen kann, dennoch als Abweichungen von dem gesunden Normalzustand auch ihren Einfluß auf die Haut in mehr oder minder unerwünschter Weise geltend zu machen pflegen. Man hat keine Erklärung für den Zusammenhang, für das Wechselverhältnis z. B. zwischen Haut und Darmkanal, aber man kann ihn nicht leugnen. Ganz bekannt in dieser Beziehung ist die Thatsache, daß viele Menschen nach dem Genuß mancher Früchte und Gemüse (Erdbeeren, Spargel, Champignons) oder Schalentiere (Austern, Krebse, Hummern, Muscheln), nach stark gesalzenen und gewürzten Speisen mit größter Sicherheit Nesselfriesel bekommen, ebenso wie die Thatsache, daß es Medikamente giebt, die hin und wieder Nesselfriesel, Pusteln, scharlachartige Ausschläge hervorrufen (Chinin, Jod, Brom, Belladonna). Nun kann es nicht wundernehmen, daß, wenn der einmalige Genuß selbst ganz unschuldiger Dinge solch unverkennbaren Einfluß auf die Haut ausübt, der länger fortgesetzte Gebrauch anderer Genußmittel dauernde und ausgesprochenere Hautleiden zu Wege bringen kann und daß überhaupt der Zustand des Magendarmkanals stets seine Rückwirkungen auf den Teint und die Beschaffenheit

der Haut haben wird. So zieht z. B. der gewohnheitsmäßige Genuß von Wein, Bier und Branntwein oft die allgemein bekannten eigentümlichen Veränderungen der Gesichtshaut, namentlich der Nase nach sich.

In gleicher Weise wirkt, um von den eigentlichen Krankheiten zu schweigen, bei denen diese Veränderungen der Haut natürlich als solche kaum in Betracht kommen, lang *anhaltende Verstopfung* sehr ungünstig auf die Färbung und die schwellende Fülle der Haut, oft schon dann, wenn das übrige Befinden noch nicht im mindesten gestört ist. Darum sollte man Hartleibigkeit, die ja ohnehin mit der Zeit auch zu Störung des Wohlbefindens Anlaß giebt, schon im Interesse einer guten äußeren Erscheinung nie längere Zeit hindurch dulden. Vor allen Dingen, besonders ehe man zum gewohnheitsmäßigen Gebrauch von Abführmitteln seine Zuflucht nimmt, bedarf es zur Beseitigung dieser Hartleibigkeit einer strengen Regelung der Diät; verboten sind in solchem Fall: Weißbrot und viel Mehlspeisen, blähende Gemüse und Kartoffeln, Milch, Rotwein, Äpfelwein; die Nahrung hat hauptsächlich zu bestehen aus Fleisch, Fische, Eier, Käse, Gemüse, Kaffee, Thee, Bier, Bouillon, Kakao, Weißwein und recht viel Obst aller Art. Sehr wichtig für eine gute Regelung des Stuhlganges ist reichliche körperliche Bewegung. Das von so vielen Stubenhockern allein zu diesem Zweck gewohnheitsmäßig und mit großer Gewissenhaftigkeit durchgeführte Spazierengehen ist noch gar nicht einmal die zweckentsprechendste Art der Körperbewegung, aber man kann den meist in Amt und Würden stehenden Herren auch kaum zumuten, daß sie das in dieser Richtung Zweckmäßigste: Radfahren, Turnen, Lauf- und Ballspiele üben sollen. Zuletzt erst kommen die Abführmittel an die Reihe: Rhabarberpulver, Cremor tartari, Magnesia, die man theelöffelweise (2—3 Theelöffel voll täglich, je nach dem Erfolg) dauernd gebraucht, bis die Unregelmäßigkeit gehoben ist, also etwa 6—8 Wochen oder noch länger. Manchem Menschen mit sitzen-

der Lebensweise thut schon das bloße reichliche Wassertrinken vorzügliche Dienste.

Um eine vollständige Kosmetik zu geben, müßte man eine alle Lebensverhältnisse gleichmäßig berücksichtigende Diätetik schreiben, nicht bloß bezüglich der Ernährung und Verdauung, sondern des ganzen leiblichen und geistigen Lebens, worin wie die Gesundheit auch die Schönheit ihre Wurzeln hat. Es sind im ganzen nur wenige, die ihre Verhältnisse durchschauen und begreifen: die meisten glauben durch allerlei kleine Maßregeln etwas erreichen zu können, und so begegnet man hier denn unendlich vielen Mißgriffen und den wunderlichsten, manchmal geradezu verderblichen Maßnahmen. Manche lassen sich's um das Ziel ihrer Wünsche, einen zarten schönen Teint zu erreichen, viel Mühe nicht bloß, sondern auch Gesundheit kosten. So giebt es Leute, die nicht bloß ängstlich jeden Sonnenstrahl, sondern auch das gewöhnliche Tageslicht zu meiden suchen und ganz absonderliche Hoffnungen auf einen unverantwortlich langen Morgenschlaf bauen. Dieses manchen ohnehin sehr angenehm vorkommende Mittel zur Verschönerung des Teints, das natürlich zahlreiche Verehrer findet, gehört aber zu denjenigen Dingen, vor denen man warnen muß. Der Schlaf, wie überhaupt der Aufenthalt im Bett, besonders derjenige im dicken Federbett, hat eine Verlangsamung des Stoffwechsels, eine trägere Zirkulation des Blutstromes, und was vor allem hier in Frage kommt, einen größeren Blutreichtum der Haut zur Folge. So notwendig und heilsam nun auch der Schlaf mit diesen ihn begleitenden Umständen für das Gedeihen des Körpers ist, so darf derselbe doch wiederum nicht zu lange ausgedehnt werden, namentlich nicht der Morgenschlaf mit wachenden Augen, weil er zu einer Erschlaffung des ganzen körperlichen Lebens führt, zu einer durch die zu lang ausgedehnte Verlangsamung des Stoffwechsels bedingten Schwächung des Körpers, die sich bald in einer gewissen Erbleichung der Haut und einem Erschlaffen der Gesichtszüge

kundgiebt. Zunächst allerdings, und das ist es, was wohl viele zur Benutzung dieses Mittels verleitet, bringt der lange Morgenschlaf eine gewisse Transparenz und Schwellung der Haut zuwege als Ausdruck eines höheren Blut- und Saftgehaltes. Aber in dieser Gedunsenheit der Haut spricht sich eben eine gewisse Schwäche aus, dem bald eine Schwächung des Organismus und damit eine Verschlechterung des Teints auf dem Fuße zu folgen pflegt.

Es ist hier wohl am Platz, hinzuweisen auf die große Wichtigkeit nicht nur des Tages-, sondern auch des Sonnenlichtes für die gesunde Entwickelung des Körpers. Der Mensch ist von dem Sonnenlicht fast ebenso abhängig wie die Pflanze, die ohne dasselbe nicht leben kann. Wozu die dauernde Entbehrung des hellen Tages- nnd gelegentlichen Sonnenlichtes führt, sieht man am besten an Gefangenen oder Leuten, die ähnlich in dieser Beziehung leben, wie den Schneidern, Zigarrenarbeitern, Schriftsetzern, Büreauschreibern und andern. Ihre Blässe und Fahlheit wird im Ernst keinem als begehrenswert erscheinen, denn sie wird nur auf Kosten der Gesundheit erworben.

Ein berühmter amerikanischer Frauenarzt (Emmet) sagt in seinem bekannten Buche über Frauenkrankheiten: „Ist das Flügelkleid des Kindes abgelegt, so erheischt die Mode den Schutz vor den Sonnenstrahlen durch Schleier und Handschuhe, und bald wird die Jungfrau so bleich wie ein wohlkultivierter Spargel oder Selleriestengel. Und da das Blut des chemischen Einflusses der direkt auf die Haut wirkenden Sonnenstrahlen bedarf, so entwickelt sich Blutarmut hauptsächlich durch die Beraubung desselben. Diese Beschaffenheit des Blutes ist ein wichtiger Faktor in der Erzeugung aller von Ernährungsstörungen abhängigen Krankheiten und bedingt Zustände, deren Entziehung nur zu oft aller ärztlichen Bemühungen spottet." Auf diesem Wege läßt sich die „interessante Blässe", die Wachsbleichheit des Teints also mit großer Sicherheit erreichen, aber freilich nur auf Kosten der Gesundheit und jedenfalls nie jene

Farbe von „Milch und Blut", die schöne Blüte und Frucht ungestörter Gesundheit, die doch das Ziel solch bangen Bemühens ist oder vielmehr vernünftiger Weise sein sollte.

Eine derartige Übertreibung der Lichtentziehung führt zu nichts Gutem; es ist besser und vernünftiger, sich an die goldene Mittelstraße zu halten und die gänzliche Ertziehung von Licht ebensosehr zu meiden, wie die gänzliche Preisgebung der Haut an die Sonne. Kleine Mädchen aber sollte man bis zur Konfirmation, um sie der Wohlthat des Sonnenlichtes nicht zu berauben, dessen Vorteile Emmet ganz richtig gewürdigt hat, im Sommer mit einem breitrandigen Strohhut ausstatten, sie aber mit Sonnenschirm rc. möglichst lange verschonen, damit sie überhaupt nur erst Farbe bekommen und dadurch den Beweis einer gesunden Entwickelung liefern.

So kommt es immer wieder darauf hinaus, daß der sicherste Weg zur Erhaltung einer schönen Hautfarbe, eines guten Teints, soweit sich diese Dinge überhaupt beeinflussen lassen, abhängig ist von einer durchaus gesundheitsgemäßen Lebensweise. Das ist ja auch leicht begreiflich. Nur wenn der ganze Organismus sich im harmonischen Gleichgewicht der Verrichtungen befindet, kann auch das einzelne Organ, kann insbesondere auch die Haut in den Zeichen blühenden Lebens prangen und deshalb wird diese natürliche Kosmetik stets die größte Aussicht auf Erfolg haben, weil sie die rationellste ist.

Außer den Ursachen, welche von innen heraus den Teint in ungünstiger Weise beeinflussen, giebt es natürlich auch eine ganze Reihe von Einwirkungen, physikalischer wie chemischer Natur, welche denselben von außen her durch ihren unmittelbaren Einfluß auf die Haut schädigen. Dahin gehören zunächst die Extreme einfacher Hitze und Kälte. Bei oberflächlicher Betrachtung möchte es zwar fast scheinen, daß letztere größeres Unheil anrichtet, doch liegt das nur daran, daß die Zahl der Köchinnen und Feuerarbeiter, die Gesicht und Hände der Einwirkung der strahlenden Wärme des Feuers dauernd aussetzen

müssen, so unendlich gering ist im Vergleich mit der Menge von Menschen, jung und alt, die im Winter bei ihrer Beschäftigung in ungeheizten Räumlichkeiten (als Verkäufer in Krämer- und Eisenwarengeschäften, als Dienstmädchen im kalten und warmen Wasser) oder infolge unzweckmäßiger Kleidung (z. B. enges, dünnes Fußzeug) oder auf ihren Berufswegen bei schneidendem Ostwind als Schüler, Postboten, Kutscher 2c. der dauernden Einwirkung der Kälte preisgegeben sind.

Geradezu endlos ist die Zahl der chemischen Körper, welche in mehr oder weniger hohem Grade bei ihrer kürzer oder länger dauernden Einwirkung auf die Haut ganz charakteristische Hautkrankheiten veranlassen, welche die Arbeiter in chemischen Fabriken aller Art und bei mancherlei Gewerben und Beschäftigungen vielfach heimsuchen. An dieser Stelle ist es nun vor allem die Seife, welche in jedermanns Händen und Gebrauch befindlich, ganz besondere Aufmerksamkeit verdient. So unentbehrlich und nützlich die Seife auch ist, gerade auch für die Hautpflege, so läßt sich gar nicht leugnen, daß sie in außerordentlich zahlreichen Fällen die unbekannte, weil unbeargwöhnte Ursache für allerlei, zuweilen gar nicht unbedeutende Unannehmlichkeiten wird.

Die sog. neutralen Seifen (also die wirklich guten) werden durch die Einwirkung vielen Wassers zerlegt in saure und basische Salze, d. h. chemische Verbindungen von besonderem Charakter, und zwar unter Entwickelung eines reichlichen Schaumes und eines flockigen Niederschlages. Diese basischen Salze nun, beziehungsweise das freie Alkali, besitzen die Fähigkeit, viele Stoffe aufzulösen und mit denjenigen Bestandteilen, welche saurer Beschaffenheit sind, neue Verbindungen einzugehen. So wird nun besonders der Schmutz auf der menschlichen Haut zum Teil von der Seife zersetzt oder aufgelöst, während die fetten Säuren des Schweißes sich mit ihr zu neuen Seifen verbinden, welche alsbald mit der übrigen Seife von der Hand fortgespült werden. Ebenso scheinen die aus

der Seife bei Gegenwart von viel Wasser, wie also beim Waschen, gebildeten sauren, fettsauren Salze im stande zu sein, auch noch andere Schmutzteile aufzulösen und zu entfernen, welche sonst weder durch Wasser noch durch Alkali auflösbar sind. Außer dieser auflösenden Wirkung kommt der Seife auch noch eine mechanische Wirkung zu, insofern als sich ihr Schaum mechanisch mit dem Schmutze vermengt und dadurch ihn von der Haut mit fortnimmt, wenn das Wasser den Schaum fortspült. — Doch beschränkt sich die Wirkung der Seife nicht auf den der Haut anhaftenden Schmutz, sondern erstreckt sich auch noch auf die obersten Schichten der Oberhaut, welche durch die Seife aufgelöst und gleichfalls entfernt werden. Damit wäre auch zugleich die Grenze ihrer Wirksamkeit bezeichnet, wie denn die Erfahrung lehrt, daß gar zu häufiges Waschen die Haut ihrer Geschmeidigkeit beraubt, indem sie durch diese Entfernung der oberflächlichsten Oberhautschichten jenen bekannten Spiegelglanz an Gesicht und Händen erzeugt und durch zu gründliche Auflösung der natürlichen Einfettungsmittel eine gewisse Trockenheit und Sprödigkeit verursacht. Das tritt in ganz besonders hohem Grade hervor bei dem Gebrauch der gewöhnlich nicht neutralen, sondern stark alkalischen („scharfen") Seifen.

Die Griechen und Römer kannten den Gebrauch der Seife in unserem Sinne zur Reinigung des Körpers nicht; sowohl bei ihren vielfachen Bädern als beim Waschen bedienten sie sich anderer Stoffe und Maßregeln und besonderer Werkzeuge (Walkerde, Pottasche rc. und Striegel) zur Reinigung der Haut. Die Seife verwendeten sie mit Farbstoffen gemischt wohl hauptsächlich nur zum Färben der Haare. In Pompeji hat man in dem ausgegrabenen Laden eines Seifenhändlers noch wohlerhaltene Seife vorgefunden. Plinius erwähnt der Seife als einer gallischen Erfindung, bemerkt aber dabei, daß die Seife auch bei den Germanen bekannt sei und bei ihnen aus Talg und Buchenasche gekocht werde; noch zu unserer Großväter Zeiten wurde auf diese viele Jahrhunderte festgehaltene Art

aus Talg und Fettresten aller Art und Buchenasche (oder gereinigte Pottasche) in jedem bürgerlichen Hause der Seifenbedarf des Hausstandes hergestellt. Im späteren Mittelalter war die Seifensiederei ein zünftiges Gewerbe, wenn auch der Gebrauch der Seife ein verhältnismäßig geringer war, selbst in vornehmeren Kreisen. Seife gehörte zu den teuren Artikeln, da Pottasche, Kelp und Vareck aus der Asche der Meerespflanzen gewonnen werden und bei der dürftigen Ausbeute und den bedeutenden Transportspesen hoch im Preise stehen mußten. Einen ungeahnten Aufschwung nahm die Seifenindustrie dann aber seit der Erfindung der Sodagewinnung aus Kochsalz und seitdem man gelernt hatte, statt des Rind- und Hammeltalges eine ganze Anzahl anderer tierischer wie pflanzlicher Fette und Öle zu verwenden.

Der Chemiker versteht unter Seife ein fettsaures Natronsalz (resp. Kalisalz), welches man erhält durch Behandlung von Fetten mit Seifensiederlauge. Alle Fette sind chemische Verbindungen des allbekannten Glycerins mit irgend einer Fettsäure. Läßt man ätzende Alkalien, wie Natron- und Kalilauge, auf die Fette einwirken, so zersetzen (verwandeln) sie sich in der Art, daß das Glycerin sich lostrennt von den im Fett enthaltenen Fettsäuren und sich frei in der Flüssigkeit befindet. Die freigewordene, vorher mit dem Glycerin vereinigte Fettsäure verbindet sich nun sofort mit dem Alkali zu einem neuen Körper, den man Seife nennt. Diesen ganzen Prozeß, das Zerfallen des Fettes in seine Bestandteile (Glycerin und Fettsäure) und die chemische Vereinigung der Fettsäure mit der Kalilauge zu einer neuen Verbindung nennt der Chemiker „Verseifungsprozeß“.

Bis vor wenigen Jahrzehnten wurde die Seife ausschließlich auf dem Wege des Seifensiedens gewonnen, also durch Kochen des Fettes mit schwachen Laugen. Jetzt wird die Seife zum allergrößten Teil hergestellt auf kaltem Wege durch einfaches Vermischen des geschmolzenen Fettes mit starken Laugen.

Beim Seifensieden wird das Fett mit einer 2—15% starken Lauge so lange gekocht, bis eine gleichmäßige, durchsichtige schleimige Flüssigkeit entsteht, der sogenannte Seifenleim, ein Gemisch von Seife, überschüssiger Lauge, Glycerin und Wasser. Zur Gewinnung der Seife in fester Form kann man nun zwei Wege einschlagen. Man kann die Seife auf Kern aussalzen (Kernseife) oder man kann den Seifenleim eindampfen (Füllseife). Um sie auszusalzen, wirft der Seifensieder in den kochenden Seifenleim nach und nach Kochsalz, welches sich nun in dem Wasser auflöst. Da Seife in Salzwasser unlöslich ist, so scheidet sie sich in sehr wasserarmem Zustande aus und schwimmt oben auf, so daß man sie abschöpfen kann, während die darunter stehende Flüssigkeit (die Unterlauge) aus einem Gemisch von Salzwasser, Glycerin und überschüssiger Lauge besteht. Diese ausgesalzene oder Kernseife wird im Handel immer seltener, da ihre Herstellung wegen der Reinheit des entstehenden Fabrikats und der geringen Ausbeute verhältnismäßig teuer ist und unsere Hausfrauen, welche die Güte einer Seife nicht hinreichend zu beurteilen verstehen, eine Seife um so lieber zu kaufen pflegen, je billiger sie ist und je mehr sie schäumt. Gute Kernseifen pflegen auch nicht gerade reichlich zu schäumen.

Einen anderen Weg zur Herstellung von Seife aus Seifenleim schlägt der Fabrikant dadurch ein, daß er einfach den Seifenleim einkocht, bis aus dem Kessel entnommene Proben beim Erkalten gehörig fest werden. Die auf diesem Wege hergestellten Seifen bilden die im gewöhnlichen Hausgebrauch fast ausschließlich zur Verwendung gelangenden Hausseifen. Man nennt sie „gefüllte Seifen“, weil sie sozusagen angefüllt sind mit dem ganzen Fabrikationsabfall, denn sie enthalten die gesamte überschüssige Lauge (wodurch sie „schärfer“ werden), ferner Glycerin, Wasser und allerlei Schmutz. Sie sind natürlich viel billiger herzustellen; aus derselben Menge Fett und Seifensiederlauge wird eine ganz bedeutend größere Menge

Seife gewonnen, denn es giebt gar keinen Abfall dabei. Alles, was bei der Kernseifenfabrikation als „Unterlauge“ verloren geht, findet hier ja Aufnahme in die Seife selbst.

Solche gefüllte Seifen kann man auch auf kaltem Wege fabrizieren und die feineren Seifen zum Toilettegebrauch werden in Deutschland fast ausschließlich auf diesem leider „nicht mehr ungewöhnlichen Wege“ dargestellt. Die Fette werden zu dem Ende bei gelinder Wärme in einem eisernen Kessel geschmolzen, darauf wird unter stetem Umrühren die Lauge zugesetzt. Bei dem Umrühren wird zunächst die Masse kalt und steif, aber im Verlauf der nächsten Stunden tritt ganz von selbst eine starke Erwärmung ein und die bis dahin dicke und trübe Masse hat nunmehr eine halbflüssige und halbdurchsichtige Beschaffenheit angenommen zum Zeichen, daß der Verseifungsprozeß vor sich geht. — In diesem Zustande werden Wohlgeruch und Farbe mit dem Seifenleim gut verrührt und die ganze Masse in den Seifenkasten gebracht, worin sie 12 bis 24 Stunden verbleibt.

Weiche oder harte Seifen entstehen je nachdem Kali- oder Natronlauge zur Verseifung des Fettes genommen wird. Mit Kalilauge bereitete Seifen sind immer gefüllte Seifen und weich (Schmierseife). Salzt man eine Kaliseife aus, so erhält man eben eine Kernseife und zwar entsteht durch reichliches Aussalzen ein Gemisch von Kali- und Natronseife, da sich ein großer Teil der Kaliseife durch das Kochsalz (Chlornatrium) in Natronseife verwandelt. Ein solches Gemisch von Kali- und Natronkernseife ist viel geschmeidiger, weicher und milder als reine Natronkernseife. Reine Natronseife, „Sodakernseife“ oder „Sodaseife“, wird dargestellt durch Verseifung des Fettes mit Natronlauge und nachheriges Aussalzen; dieselbe ist sehr gehaltreich, aber auch sehr hart und so wasserarm, daß sie nach längerer Aufbewahrung nur wenig schäumt. Schmierseifen sind also Kaliseifen, alle Toilette- und sonstigen harten Seifen sind Natronseifen.

Die gute alte Zeit, wo nur wirkliche Kernseife im Handel vorkam, ist wohl unwiederbringlich dahin, und von den Hausfrauen von heute haben nur außerordentlich wenige richtige Kernseife je in Händen gehabt, wenn sie auch unter diesem Namen öfter Seife gekauft und teuer bezahlt haben. Dem andringenden Verlangen unserer Hausfrauen, für eine möglichst geringe Ausgabe eine möglichst große Masse einer Ware zu erhalten, hat sich wohl kein Industriezweig so bereitwillig hingegeben, wie die Seifenfabrikation. Die Kunst besteht jetzt nicht so sehr in der Herstellung einer vorzüglichen Qualität, sondern einer möglichst großen und schweren Masse. Die Parfümierung deckt dann ja nur zu bereitwillig alle Fehler zu. Es versteht sich von selber, daß es auch noch ehrliche Seifenfabrikanten giebt, aber von dem kaufenden Publikum, welches durchgängig die Beschaffenheit einer Seife nicht zu beurteilen versteht, werden ihnen nur ungern die höheren Preise bewilligt, welche sie zu fordern berechtigt sind, so daß ihnen bei der schlechten Konkurrenz (der „Abfallseife"fabrikanten 2c.) das Leben sauer genug gemacht wird.

Die Verseifung auf kaltem Wege läßt sich selbst bei großer Sorgfalt in der Auswahl der Materialien sowie der Fabrikation selbst nie so vollkommen gleichmäßig durchführen wie bei dem Seifensieden mit nachfolgendem Aussalzen auf Kern. Davon aber ganz abgesehen bleiben noch die schon früher erwähnten Rückstände, die beim Sieden der Seife in die Unterlauge (das Abfallwasser) gehen (Glycerin, Wasser, überschüssiges Alkali, Schmutz), in der Seife zurück. Diese mannigfachen in der Seife vorhandenen Bestandteile bedingen die im ganzen geringe Haltbarkeit der kaltbereiteten Seifen bei längerer Aufbewahrung. Gewiß die meisten Hausfrauen haben an der Seife schon ihre eigenen Erfahrungen und Beobachtungen gemacht, freilich meist, ohne sie deuten zu können. Wenn man eine größere Menge solcher Seife eingekauft hat, so bemerkt man zunächst, wenn sie zur Zeit des Ankaufes noch frisch war,

namentlich bei frischer „Abfallseife“ wie überhaupt den geringeren Seifen, daß sie beschlägt, d. h. sich über und über mit kleinen Wassertröpfchen bedeckt, zum Zeichen, daß sie einen viel zu großen, zur bloßen Gewichtsvermehrung dienenden Wassergehalt besitzt. Ist sie dann späterhin wieder trocken geworden, so macht sich beim Nachwägen ein deutlicher Gewichtsverlust bemerkbar. Ferner nimmt man nach diesem Eintrocknen eine eigentümliche Farbenveränderung wahr, die Seife hat sich mit einem weißlichen aus kleinen Krümeln bestehenden Überzug bedeckt, der aus der im Überschuß vorhandenen Soda besteht. Solche weiß überzogene Seife macht wegen ihrer Schärfe immer glatte Hände. — Zuweilen wird die Seife auch infolge des Gehaltes an unverseiftem Fett ranzig.

Alle die genannten Übelstände treten besonders leicht hervor beim Liegen der Seife an der freien Luft, ein Grund mehr für die Fabrikanten, ihre Ware sorgfältigst in Staniol und Papier zu packen. Die Verpackung der Seife in Staniol (Zinnfolie) kann man meist als ein Zeichen dafür betrachten, daß der Fabrikant der Haltbarkeit und Güte seiner eigenen Ware kein rechtes Vertrauen schenkt. Gute Seife brauchte kaum auf diese Art verpackt zu werden, da sie nicht eintrocknet und auch nicht (naß oder weiß) beschlägt.

Wie nach ihren äußeren Eigenschaften, so kann man auch nach ihrer Wirkungsart die Seife beurteilen. Wenn jemand bei dem täglichen Gebrauch einer Seife die Bemerkung macht, daß seine Hände nicht mehr die frühere Zartheit und Weichheit zeigen, vielmehr jenen bekannten Spiegelglanz angenommen haben, wie er sich sonst an der Haut des ganzen Körpers nicht wiederfindet, als vielleicht auch noch an dem viel mit Seife gewaschenen Gesicht, oder wenn er ferner bemerkt, daß die Hände leichter als sonst schmutzig werden (infolge ihrer, allerdings mit bloßen Augen nicht sichtbaren, aufgesprungenen Beschaffenheit und dadurch bedingten Rauhigkeit), sowie, daß sich die Nägel trotz aller Sorgfalt nur sehr schwer reinhalten

lassen, so hat er allen Grund, seine Seife einmal genauer auf ihre Güte anzusehen und trotz ihres feinen Parfüms und hochtrabenden Namens einer eingehenden Untersuchung zu unterziehen.

Es ist ein Ding der Unmöglichkeit, gute Seife für ein billiges zu kaufen; gute Seife ist immer teuer und kann nicht billig sein. Leider kann man diesen Satz nicht umdrehen, man kann also nicht sagen, daß teure Seife auch immer gut sein müsse.

Die Erscheinung, daß eine Seife fast gar nicht oder doch nur ungenügend schäumt, kann verschiedene Gründe haben. So geben auch die besten Seifen keinen Schaum mit hartem kalkhaltigem Wasser, weil die darin enthaltenen Kalk- oder Magnesiasalze die Natronseifen in der Art zerfällen, daß sofort die in Wasser ganz unlöslichen Kalkseifen entstehen, welche dann als große Flocken in dem klaren Wasser herumschwimmen. Darum ist es so wichtig für eine Hausfrau, zur Wäsche weiches Wasser zur Verfügung zu haben. — Teilweise liegt das Nichtschäumen auch an der Seife. Gute Natronkernseife, wie z. B. die Marseillerseifen nicht selten, kann durch langes Liegen so hart und trocken werden, daß sie nur sehr wenig schäumt; ebenso geben Seifen, welche unverseiftes Fett oder auch viel Glycerin enthalten, wie Glycerinseifen, nur wenig Schaum.

Bei der Unzahl von Seifen aller Art wäre es ein Ding der Unmöglichkeit, dieselben einer eingehenden Besprechung zu unterziehen. Im Grunde genommen ist das auch nicht nötig, da sie sich der Hauptsache nach nur durch ihre Form, Farbe, Parfüm und — Namen unterscheiden. Die im Handel vorkommenden Seifen sind fast ohne Ausnahme gefüllte harte, mit irgend einem Parfüm und Farbe versehene Natronseifen. Besonderer Gunst erfreuen sich die Seifen, welche mit Stoffen bereitet sind, denen man besonders guten Einfluß zuzuschreiben pflegt auf die Erhaltung einer schönen Hautbeschaffenheit. Man

darf jedoch nicht vergessen, daß die besten Mittel dieser Art gar nichts nützen, wenn die Seife selbst nichts wert ist. Welchen Wert kann z. B. eine Teerseife haben, die freies Alkali enthält? Mehr als der Teer jemals nützen kann, schadet jedenfalls dieses. Man thut dann fast besser, sich in der Apotheke ein Stück Marseiller Seife zu kaufen, die wenigstes nie schadet, eine Eigenschaft, die man den wenigsten Toiletteseifen in dem Maße nachrühmen kann trotz der hochtönendsten Namen.

Die Marseiller- oder Ölseife, auch venetianische Seife genannt, ist eine harte, gelbliche, neutrale aus Olivenöl und Natronlauge hergestellte Kernseife (also Sodakernseife). Die Kastilianische Seife unterscheidet sich von ihr nur durch das Aussehen. Durch Zusatz von Eisenvitriol erscheint sie nämlich auf der Oberfläche rot, im Innern schwarzgrün marmoriert. Beide schäumen meist nicht stark und das kostet ihnen, obgleich sie sonst zu den reinsten und gehaltreichsten Seifen gehören, die Gunst des Publikums; der gewöhnliche Mensch will auch „etwas sehen" für sein Geld. Durch diese Charaktereigentümlichkeit erklärt sich auch die Vorliebe desselben für die Kokosnußölsodaseife, nächst der „Abfallseife" einer der erbärmlichsten Seifen, eine Füllseife, die oft bis zu 75 % Wasser enthält. Sie wird mit einem großen Überschuß von Natron, manchmal auch von kohlensaurem Natron (Soda) hergestellt, wodurch sie zu ihren beißenden und ätzenden Eigenschaften kommt. Außerdem erfreut sie sich eines nur dürftig durch Parfüm zugedeckten, unangenehmen und den Händen lange anhaftenden Geruches infolge der schlechten dazu verwandten Fettsorten, so daß sie bei der Summe ihrer schlechten Eigenschaften zu den wenigst guten Seifen zu zählen ist. Ihre Eigentümlichkeit aber, einen besonders reichlichen und großblasigen Schaum zu liefern, und ihre von der darin enthaltenen Soda herrührende Eigenschaft, besonders scharf zu waschen, sichert ihr trotzdem eine große Anzahl von Verehrern.

Die Glycerinseifen, auch die harten, zeichnen sich

durch einen besonders großen Gehalt an Glycerin aus. Man kann sogar ganz harte Seifen herstellen, die zur Hälfte aus Glycerin bestehen. In demselben Maß, als sie Glycerin enthalten, tritt der Gehalt an eigentlicher Seife zurück. Aus diesen Gründen schäumen und waschen Glycerinseifen weniger gut, sind aber auch, wenn sie nicht freies Alkali enthalten (was leider oft genug der Fall ist), etwas milder. Die flüssige Glycerinseife von Sarg, die zur Hälfte aus Glycerin besteht, zeigt diese Eigenschaften in erhöhtem Grade, verdient aber wegen ihrer sorgfältigen Zubereitung und ihres Glyceringehaltes als eine milde Seife alle Empfehlung. Ebenso ist die Wegenersche flüssige, überfettete Glycerinseife eine vorzügliche Seife für spröde Haut. Wenn sie nicht klar und durchsichtig ist, so hat das seinen Grund in der Überfettung. Man hat in der letzten Zeit nämlich vielfach, um ganz sicher zu gehen, hinsichtlich des Gehaltes an freiem überschüssigen Alkali, den nun einmal Viele nicht vertragen können, sogenannte „überfettete" Seifen hergestellt. Bei Bereitung dieser Seifen wird von vornherein mehr Fett der Seifenmasse einverleibt, als nach der Menge der Lauge verseift werden kann. Die Seifen bestechen nicht durch ihr Äußeres, zeichnen sich aber durch große Milde sehr vorteilhaft aus. Nach dem Waschen hinterlassen sie ein eigentümliches weiches Gefühl der Haut.

Mandelseife, von vielen ganz besonders hoch geschätzt, verdankt Namen und Parfüm dem Bittermandelöl (wenn nicht statt dessen mit dem auf chemischem Wege hergestellten, viel billigeren, ebenso riechenden Mirbanöl parfümiert wurde); das verdient ausdrücklich gesagt zu werden, weil vielfach die Meinung besteht, sie werde aus dem fetten Öl der süßen Mandeln hergestellt und sei deshalb besonders milde. Daß das teure süße Mandelöl nicht zur Fabrikation verwandt wird, beweist ja allein schon der Preis. Sie ist eben eine parfümierte Seife wie andere Seifen auch.

Transparente Seifen werden durch besondere technische Maßnahmen hergestellt, ohne daß dadurch die Seife selber besser oder schlechter würde.

Der Titel „Gesundheitsseife" wird häufig als Lockspeise gebraucht für irgend ein bösartiges Fabrikat. Gleichfalls als Aushängeschild dient sehr häufig der Name „Abfallseife". Es mag sein, daß es eine aus dem Abfall guter Seifen hergestellte Seife giebt, aber solche Abfallseife wird nicht häufiger sein als die weißen Raben. Im allgemeinen kann man sagen, daß kein Seifenname so vorzüglich paßt zu dem, was er benennt, wie gerade dieser, denn sowohl nach den zur Verwendung gelangenden Materialien, nach der Art der Herstellung, nach ihren Gebrauchseigenschaften, kurz in jeder Beziehung gehört diese Seife zum „Abfall". Jeder dafür gezahlte Preis ist zu hoch, mag das „Pfund" auch noch so billig sein, im Gebrauch ist sie doch zu teuer, jedenfalls teurer als eine gute Waschseife. Aber der Titel lockt die gewissenhafte sparsame Hausfrau, sie denkt eine Ware „unter dem Wert" zu kaufen.

Was nun die medizinischen Seifen, wie Teerseife, Schwefelseife, Jodsodaseife u. s. w. anlangt, so pflegen sie den in sie gesetzten Erwartungen nicht immer in dem gewünschten Maße zu entsprechen. Die darin enthaltenen medikamentösen Stoffe kommen mit der Haut in eine so kurzdauernde Berührung, daß von ihren heilkräftigen Wirkungen kaum die Rede sein kann. Man vergleiche nur eine Waschung mittelst Teerseife mit der medizinischen Anwendung des Teeres. Oft sind wochenlange, zweimal täglich wiederholte starke Einpinselungen mit reinem Teer erforderlich, um bei Hautleiden zum Ziele zu führen. Der Preis dieser medizinalen Seifen pflegt aber ein derartiger zu sein, daß ein ehrlicher Fabrikant sehr wohl gute Materialien und sorgfältigste Fabrikation dafür leisten kann. In dieser durch den Preis sozusagen geforderten und von vielen Fabrikanten gewiß auch gewährten guten Beschaffenheit liegt offenbar der Hauptsache nach die vorzügliche Wirkung der medizi-

nalen Seifen begründet, wie man sie z. B. bei den Krankenheiler Seifen so oft beobachten kann.

Die reinste Seife ist stets die beste, alle sonstigen Zuthaten kommen erst in zweiter und dritter Linie in Betracht, da sie ihren Wert kaum noch erhöhen können. Daß aber die Seife in dieser Hauptsache so überwiegend häufig erhebliche Mängel aufweist, ist die Ursache dafür, daß sie zunächst ihren Platz finden mußte unter den chemischen Feinden der Haut. An anderer Stelle wird uns die Seife noch unter den verschiedensten Gesichtspunkten wieder begegnen, denn trotzdem daß schlechte Seife höchst unangenehme Wirkungen entfaltet, ist die gute Seife eins der wichtigsten Mittel für die Hautpflege.

Ein altes griechisches Wort behauptet: „Das Beste ist das Wasser". Das hat gewiß seine Berechtigung nach mehr als einer Seite hin, und wie unschätzbar und unentbehrlich dasselbe für die Gesundheitspflege der Haut ist, hat die bisherige Darstellung zur Genüge gezeigt. Aber alles hat seine zwei Seiten, und so darf es nicht wundernehmen, auch an dieser Stelle, wo von der Schädigung der Haut durch chemische Einflüsse die Rede ist, dem Wasser wieder zu begegnen. Der Regel nach verträgt die Haut der meisten Menschen die Berührung mit dem Wasser sehr gut, selbst die häufige und langdauernde. Aber doch zeigt die Haut mancher Leute eine große Empfindlichkeit gegen dasselbe. Wäscherinnen, Badediener, Dienstmädchen und andere, die durch ihren Beruf genötigt, viel mit dem Wasser in Berührung kommen, leiden oft an Eczemen (Flechten) der Hände und Arme von einer außerordentlichen Hartnäckigkeit, weil die schädliche Ursache stets von neuem ihre Wirkungen geltend macht. Der Arzt hat zuweilen Gelegenheit, ganz kleine, täglich gebadete Kinder zu sehen, deren ganzer Körper mit roten Flecken und eitrigen Bläschen bedeckt ist, zuweilen in einem Grade, daß die ganze Haut sich nachher abschält. Erst mit dem Einstellen des Badens nimmt dann dieser Zustand ein Ende und zum Beweise, daß wirklich

das Wasser die Ursache des Ausschlages war, pflegt sich derselbe mit dem Wiederbeginn des Badens auch sofort wieder einzustellen.

Bekannt als Wirkung des Wassers ist ferner die sogenannte „Badekrätze", eine Ausschlagform, an der manche Leute leiden, welche warme Bäder, sei es in einfachem warmen Wasser sei es in Mineralwässern, kurgemäß gebrauchen. Begeisterte Verehrer hydropathischer Umschläge (Neptunsgürtel rc.) leiden häufig an ähnlichen Ausschlagformen, welche in früherer Zeit in den Kaltwasserheilanstalten als sogenannte „kritische Ausschläge" in hohem Ansehen standen, weil man der Meinung war, daß die „bösen" oder „scharfen" (Krankheits-) Stoffe auf diesem Wege den Körper verließen. Das ist insofern ein Irrtum, als der gesundeste Mensch, wenn seine Haut nur darnach ist, durch die gleichen Maßregeln zu dem gleichen kritischen Ausschlag kommen kann, obwohl doch bei einem Gesunden von „schlechten", d. h. ungesunden Säften nicht wohl die Rede sein darf. Die Namen „Badekrätze" und „kritische Ausschläge" beweisen eben nur, daß Hautleiden bei dauernder Einwirkung des Wassers auf die Haut zu den häufigen Vorkommnissen gehören.

Namentlich hartes, also kalkhaltiges Wasser zeigt diese bösen Eigenschaften, die ja häufig genug schon beim bloßen Waschen an der Haut von Gesicht und Händen zu Tage treten in Form von Trockenheit, Rissigkeit und selbst Aufspringen. Verbindet man mit dem Gebrauch derartigen Wassers noch den scharfer Seifen, so wird das Übel natürlich um so ärger. Wer an ausgesprochener Empfindlichkeit gegen das Wasser leidet, thut wohl, nur weiches Wasser, also Regen-, Fluß- oder Teichwasser, oder auch gekochtes Wasser als Waschwasser zu gebrauchen, welches ungleich milder ist.

4. Die Kosmetik der Haut.

Es sollte nicht so sein, aber es ist so: die Schönheitspflege, die „Kosmetik" der Haut wird als eine geheimnisvolle Kunst angesehen, die man treiben könne, ohne irgend welche Rücksicht auf den Zustand der Haut an sich oder des Körpers; die man eingeschlossen wähnt in die sonderbar gestalteten Büchsen und Gläser und abenteuerlich benannten Mittel des Friseurladens. Das ist ein Irrtum. Man erzählt sich von der durch ihre Schönheit bekannten, zu Ende des 17. Jahrhunderts lebenden Ninon de Lenclos, deren Name noch heute so häufig als Aushängeschild für käufliche Schönheitsmittel benutzt wird, eine hübsche Anekdote. Als sie einst von einem ihrer Verehrer dringend um die Mitteilung des Mittels gebeten wurde, dem sie die bei ihrem hohen Alter (sie wurde 90 Jahre alt) unbegreifliche Schönheit und Frische der Haut verdanke, da führte sie ihn in ihr Schlafzimmer und zeigte ihm einen Krug mit gewöhnlichem Brunnenwasser und ein Stück abgeriebenen Flanells. Die Geschichte verschweigt, ob sich der neugierige Frager eines gleich schönen Teints bis an sein Lebensende erfreut habe. Vielleicht ist ihm, der allerlei Geheimmittel und unerhörte Sachen zu sehen erwartete, dies Mittel zu „einfach" erschienen oder seine Anwendung zeitraubend und zu wenig angenehm.

Als rationellste und zugleich erfolgreichste Schönheitspflege der Haut wurde im vorigen Kapitel ein allen Anforderungen der Gesundheitspflege genügendes Leben und eine sorgfältige Hautpflege hingestellt. Wenn dies nun auch stets die Grundlage derselben abgeben muß oder müßte, so genügt es doch nicht in allen Fällen, ebensowenig wie ein gesundheitsmäßiges Leben absolut vor allen Krankheiten zu bewahren vermag, da es weder gegen erbliche Krankheiten noch gegen die von außen in den Körper eindringenden Krankheitskeime (ansteckende Krankheiten) oder gegen unvermeidliche, aus dem Lebensberuf, dem

Klima u. s. w. sich ergebende Schädlichkeiten wirksamen Schutz zu gewähren vermag.

Neben dieser natürlichen Kosmetik der Haut, an der sich der Gesunde wohl genügen lassen kann, giebt es nun auch noch eine sogenannte künstliche Kosmetik, welche in einer mehr oberflächlichen, den Neigungen des großen Publikums allerdings entsprechenden Art ihr Ziel zu erreichen sucht. Die Aufgabe der künstlichen Kosmetik besteht nun aber wohl richtiger darin, als Ergänzung der natürlichen und nie ohne dieselbe die mehr oder weniger verloren gegangene gesunde und schöne Farbe und Beschaffenheit der Haut entweder in Wirklichkeit wieder herzustellen oder, wo das unmöglich ist, doch wenigstens den Schein eines guten Teints hervorzubringen, allerdings zwei wesentlich verschiedene Ziele, die oft genug verwechselt werden. Als Ergänzung der natürlichen Kosmetik, sage ich, denn allerdings vermag keine künstliche Kosmetik und keine Heilkunst da zu helfen, wo der Mensch als sein eigener Feind auftritt und wirtschaftet. Sie vermag keinem Menschen, der die Nacht zum Tage macht, sei es durch nächtliches Arbeiten und Schaffen, sei es durch wüste Vergnügungen aller Art, ungetrübte, zarte Jugendschöne ins Antlitz zu zaubern; keinem, der sich durch gewohnheitsmäßiges Wohlleben und Nichtsthun bei überreich nährenden gewürzreichen Speisen und Gastereien mit starken Weinen und andern geistigen Getränken seine Verdauungsorgane ruiniert, und keinem, der in Sorge, Kummer und Schlaflosigkeit sein Nervensystem zerrüttet, den Schein einer harmonischen Gesundheit und Schönheit aufzuprägen; keinem durch Herz-, Leber- oder Lungenleiden, durch stubenhockende oder sonstwie gesundheitswidrige Lebens- und Berufsweise Heruntergekommenen zu einer weichen, reinen, schönen Haut zu verhelfen, — das liegt außer ihrer Macht. Die künstliche Kosmetik hat eben zu ihrer Voraussetzung die natürliche und außerdem einen einigermaßen gesunden Körper sowie eine normale Lebensweise.

Aber freilich, das ist der Menge zu unbequem und verlangt zu viele Opfer, nicht bloß in der für viele durch Berufsstellung und die Verhältnisse unvermeidlich gegebenen Lebensweise, sondern auch in vielen leidenschaftlich gesuchten Freuden und Vergnügungen. So sind denn die einzigen Opfer fast, die man zu bringen bereit ist, die Opfer des Geldbeutels; und was man dafür verlangt, sind Schönheitsmittel aller Art in Gestalt von Pulvern, Pasten, Pomaden, Salben, Seifen, Wässern, Essenzen, Tinkturen 2c. Kein Wunder, daß diesem Verlangen von industrieller Seite in bereitwilligstem Entgegenkommen entsprochen wird.

Der Wunsch, eine schöne Erscheinung zu zeigen, selbst wenn dieselbe mehr auf Schein als auf Sein beruht, ist bei dem Wert, den man allgemein auf die Schönheit legt und bei den Vorzügen, die schöne Menschenkinder überall zu genießen pflegen, im ganzen wohl begreiflich, und so ist es denn nur zu natürlich, daß eine große Zahl von Menschen, die aus inneren oder äußeren Gründen an einem mehr oder weniger schlechten Teint leiden, nach Mitteln und Wegen sich umsieht, um ihrer notleidenden Haut zu besserem Ansehen zu verhelfen.

In ihrer Unkenntnis über die Natur der Haut, deren Zustand doch nur ein Gesamtergebnis, so zu sagen, ein Spiegelbild von dem Gesamtzustande des ganzen Organismus ist und in dem Irrtum befangen, daß man erfolgreich und zwar ohne Einsicht in die bestimmten und bewegenden Kräfte dieses Organismus die Haut wie ein Ding für sich, gleichsam wie ein „abgezogenes lebloses Fell“ allein mit örtlichen äußeren Mitteln ausbessern könne, wenden sich die meisten Menschen gewohnheitsmäßig in Sachen der Kosmetik an den Friseur und nicht an den Arzt, von dem sie zudem fürchten, zu viel von der natürlichen und zu wenig von der künstlichen Kosmetik zu hören. Aber der Friseur, von dem man begreiflicherweise in den meisten Fällen ein Verständnis für das Wesen

der den verschiedenen Störungen der Haut zu Grunde liegenden Ursachen, sowie andererseits der Wirkungen der angebotenen Teintmittel, deren Zusammensetzung er nicht einmal zu kennen pflegt, nicht erwarten darf, stellt gleichsam einen blinden Führer von Blinden vor. Die Ärzte haben daher nur wenig Gelegenheit, eingehender bekannt zu werden mit den Geheimnissen der Kosmetik, und deshalb im ganzen auch wenig Neigung, sich genaue Kenntnisse auf diesem Gebiete zu verschaffen. Sehr drastisch malt ein Spezialarzt für Hautkrankheiten (Auspitz) diese Verhältnisse aus in dem Vorwort einer Abhandlung über die Seife, indem er sagt: „Die medizinische Wissenschaft „hat bis heute die Pflege der menschlichen Haut -- Kosmetik — „empfindlich vernachlässigt. Sie hat viele Fragen, welche un„zweifelhaft in ihr Bereich gehören und deren Wichtigkeit für „die Gesundheit des Körpers nicht geringer anzuschlagen ist „als dessen Schönheit, der handwerksmäßigen Routine von „Parfümeuren und Geschäftsleuten zur Beantwortung über„lassen. So wird denn die lebende menschliche Haut, als wäre „sie schon ein abgezogenes, lebloses, der Industrie angehörendes „Fell, tagtäglich gewaschen, eingeseift, eingeölt, gefärbt, gegerbt, „geräuchert, und das kritiklose Urteil des Publikums auf eine „geradezu schädliche Weise zum besten gehalten."

Er hat nur zu recht: dem Publikum werden nicht nur ganz wirkungslose Präparate, sondern vielfach geradezu gesundheitsschädliche, sogar stark giftige Mittel verkauft. Zum Beweise dieser Behauptung möge eine von Hirzel in seiner Toilettenchemie gegebene Mitteilung dienen: „Vor einigen „Jahren, schreibt er, erhielt ich ein Haarfärbemittel zur Unter„suchung. In den Fläschchen Nr. I und II waren die ge„wöhnlichen Höllensteinhaarfärbeflüssigkeiten. Ein Fläschchen „Nr. III enthielt aber noch eine Flüssigkeit zum Entfernen der „Höllensteinflecke von Haut und Wäsche. Die Flüssigkeit war „eine ziemlich konzentrierte Auflösung von Cyankalium in „Wasser, welche allerdings die schwarzen Silberflecke am besten

„und schnellsten wegnimmt, aber an Giftigkeit der Blau-„säure vollkommen gleichsteht. Dabei war nicht auf-„merksam gemacht, daß Nr. III giftig sei. Also das heftigste „Gift für einen so harmlosen Zweck! Und in den Händen des „Laien, der die Gefahr nicht einmal ahnen kann!"

Ein anderes hieher gehöriges Beispiel teilt neuerdings die Wiener med. Presse (1885 Nr. 28) mit: In der Sitzung der k. k. Gesellschaft der Ärzte in Wien vom 19. Juni 1885 stellt Prof. N. folgenden Fall vor: Ein 37jähriger Schauspieler gewahrte vor einem Jahre ein Erlahmen der äußeren, dann der inneren Finger der rechten Hand. Allem Anscheine nach lag hier eine Bleivergiftung vor. Bei der Unerweislichkeit anderer schädlicher Einflüsse ließ Prof. N. die Gesichtsschminken untersuchen, die von Prof. Ludwig als stark bleihaltig befunden wurden. Patient rieb die Schminken stets mit der rechten Hand ein und verspürte hierauf öfter Kolik (also Bleikolik)". — Solche Fälle würden häufiger beobachtet werden, wenn die Ärzte mehr darauf zu achten gewohnt wären, und wenn die Patienten nicht so sorgfältig den Gebrauch solcher Toilettenmittel in Abrede zu stellen pflegten.

Es ist das Beweis genug für die haarsträubende Harmlosigkeit, mit der die kosmetischen Mittel nicht bloß fabriziert und verkauft, sondern auch gekauft und gebraucht werden. In dieselbe Klasse wie jenes Haarfärbemittel gehören die bleihaltigen Schminken und die unzähligen Blei-Haarfärbemittel. Fast alle „Hair-restorer" und „Hair-restoratives" enthalten Blei, selbst wenn die Etikette das Gegenteil versichert.

Die Mittel, welche die künstliche Kosmetik bietet, sind aber auch, von diesen Extremen abgesehen, nicht immer ganz zweifelsohne, führen vielmehr bei lange fortgesetztem Gebrauch vielfach zu direkter Schädigung, nicht bloß des Teints, den sie doch fördern und verschönern sollen, sondern auch der Gesundheit. Denn meistens werden diese Art Mittel ohne jegliches Ver-

ständnis, vollständig aufs Geratewohl angewendet, ohne Rücksicht darauf, daß jedes Ding und jedes Mittel „seine Zeit“ hat, in der es Nutzen bringt, aber auch ebenso gut bei falscher Anwendung „seine Zeit“, wo es schadet. Wer z. B. um jeden Preis einen jugendfrischen rosigen Teint zeigen will oder muß wie die Schauspielerinnen der Bühne oder des gesellschaftlichen Lebens, muß hinterher oft genug an sich selbst die bittere Erfahrung machen, daß Schminke und Puder mit der Zeit nicht nur den Teint gründlich verdirbt, sondern auch oft die Gesundheit schwer benachteiligt.

Man darf, so lange die betrügerische Absicht nicht geradezu unverschämt zu Tage tritt, nicht gar zu hart über die Fabrikanten derartiger Teintverschönerungsmittel urteilen; das Publikum will einmal dergleichen kaufen, selbst auf eine kleine Gefahr hin, und der Fabrikant bleibt, so lange die medizinische Wissenschaft, die ihm die Wege weisen könnte, ihre vornehme Zurückhaltung gegenüber der Kosmetik bewahrt, auf die herkömmlichen Mittel und die herkömmliche Routine angewiesen. Man kann annehmen, daß eine große Anzahl von Mitteln, deren giftige Eigenschaft ganz offen zu Tage liegt, dennoch in gutem Glauben, wenn auch etwas leichtsinniger Weise fabriziert und ebenso leichtherzig auch verkauft wird.

Für jeden, der genötigt ist, sich kosmetischer Mittel zu bedienen, ergiebt sich aus diesem Stande der Dinge die Mahnung, die gehörige Vorsicht nicht aus den Augen zu lassen.

Soweit es sich bei der Besprechung der einzelnen kosmetischen Leiden der Haut durchführen läßt und der populäre Charakter dieser Schrift es erlaubt, wird also jenem Grundsatze, daß der gute Teint, die gesunde Hautfarbe das summarische Resultat der Gesamtfunktion des Körpers ist und daß umgekehrt der schlechte Teint als die Folge von Störungen in derselben anzusehen sein wird, Rechnung getragen werden müssen. Freilich werden sich die örtlichen Störungen der Haut bei der Natur der Sache dennoch wieder in den Vordergrund drängen,

schon deshalb, weil die tiefer in anomalen und krankhaften Zuständen des Organismus begründeten Veränderungen des Teints außerhalb des Gebietes der Kosmetik liegen und zu den Fragen gehören, deren Beantwortung dem Arzte zusteht. Ferner kann hier aber auch wieder nicht die Rede sein von jenen ernsten Störungen der Haut, welche man unter der Bezeichnung der, einer sachkundigen Behandlung eines Spezialarztes unterstellten, Hautkrankheiten („Flechten") aller Art zusammenfaßt, sondern vielmehr von jenen leichten Abnormitäten im äußeren Aussehen der Haut, bezüglich ihrer Glätte, Fülle und Farbe, die ihrem Besitzer oft mehr Kummer machen als sich eigentlich rechtfertigen läßt. Es handelt sich also im folgenden um jene kleinen Unregelmäßigkeiten der Haut um derenwillen man die ärztliche Hilfe nicht in Anspruch zu nehmen pflegt, teils weil sie an sich zu geringfügig sind, teils weil man fürchtet, von dem Hausarzte für eitel gehalten zu werden.

---

5. Der gute Teint.

Die erste und die letzte Frage der Kosmetik bleibt immer wieder die nach dem „guten Teint". Eine präzise und erschöpfende Erklärung dessen zu geben, was eigentlich unter einem guten Teint zu verstehen sei, hat seine großen Schwierigkeiten. Es können zwei Menschen eine sehr verschiedene Beschaffenheit der Haut zeigen, und doch wird jeder allen beiden einen sehr „guten Teint" zugestehen. Das Wort Teint gebraucht man eben, um den Inbegriff der gesunden und schönen Beschaffenheit der Haut in Bezug auf Farbe, Fülle, Durchsichtigkeit, Reinheit, Weichheit, Glanz u. s. w. mit einem einzigen Worte auszudrücken. Jeder Mensch hat seinen eigenen Teint. Das Milch und Blut einer Blondine würde einer

brünetten Schönheit schlecht anstehen und umgekehrt. Ebenso wenig wie man eine absolute Schönheit kennt, ebenso wenig giebt es einen absolut „guten Teint". Jede Rasse, jeder Volksstamm, ja jedes Individuum hat seinen eigenen, weil jeder Mensch als Zeichen seiner ihm eigentümlichen Konstitutions- und Gesundheitsverhältnisse eines anderen Ausdrucks im Aussehen seiner Haut bedarf, um einen harmonischen, dem Auge wohlgefälligen Eindruck hervorzurufen.

Nun ist aber dem guten Teint, als dem schönsten Gesamtausdruck von Vollkraft der Gesundheit und aufblühender Jugendfrische derselbe bezaubernde Reiz eigen, den man beim Anblick einer taufrischen, aufblühenden Rosenknospe empfindet, und somit ist es denn auch kein Wunder, daß namentlich das weibliche Geschlecht auf den schönen reinen Teint so außerordentlich hohen Wert legt. Zwar ist derselbe nicht die Schönheit, aber es giebt keine Schönheit ohne einen guten Teint. Die Sorge für die Pflege und die Erhaltung des guten Teints hat nun für viele ein höheres Interesse und facht ein heißeres Bemühen an als selbst diejenige für die Gesundheit, die doch die einzige zuverlässige und auch auf die Dauer vorhaltende Grundlage für einen guten Teint abgiebt. Das Suchen und Haschen nach Mitteln und Mittelchen, um nicht bloß das Alte und Abgeblühte als noch jung und schön, das Häßliche weniger häßlich und auffallend, sondern sogar das Schöne noch liebreizender und das Jugendliche noch jünger erscheinen zu lassen, ist ebenso verkehrt als thöricht. Es geht mit dieser körperlichen Heuchelei nicht anders, als mit der sittlichen, die auch nur kurze Zeit andere täuscht, und gerade dann im Stich zu lassen pflegt, wenn man ihrer am meisten bedürfte.

Die jetzige Zeit pflegt sich viel auf ihr Wissen einzubilden und auf ihre Fortschritte seit Großväter Zeiten zu pochen. Aber unsere Großmütter, welche Schönheitselixire mit Gold aufwogen und gläubig gebrauchten, können nicht leichtgläubiger

gewesen sein, als unsere heutige Jugend, der es fast als ein Zeichen von Mangel an Bildung und gutem Ton gilt, wenn nicht auf dem Waschtisch verschiedene Teint- und Schönheitsmittel unter vielversprechenden, womöglich fremdländischen Namen paradieren, die man sich vom Friseur mit geheimnisvollen Andeutungen hat anhängen lassen: Universalmittel, die alte Leute jung, häßliche schön, Zigeunerinnen so weiß und rot wie Engländerinnen machen, Kahlköpfe mit einer Löwenmähne ausstatten, Sommersprossen radikal verschwinden, Bärte nach Belieben wachsen oder vertilgen machen sollen. Täglich wird die Haut malträtiert mit Schönheitswässern aller Art, mit Eau de Cologne, Lilionese, Lait virginal, Eau de princesse, Toiletteneſſigen, oder mit allerlei Puder und Schminke. Aber man kann sicher sein, auf diese Weise die Haut lange vor der Zeit zu ruinieren und ihre natürlichen Verrichtungen zu zerstören. Die Haut soll weiß und zart und schwellend werden, sie wird aber gelb und trocken und schlaff, namentlich durch die Spiritus und Quecksilber enthaltenden Teintwässer.

Nicht zufrieden mit derartiger Verbesserung des Teints, resp. Mißhandlung der Haut, sucht man auch das, *was dem Körper* an Gestalt und Schöne *mangelt*, je nach den Begriffen der augenblicklich herrschenden Mode durch Kunst zu ersetzen. Um große Füße klein und kleine noch kleiner und schmäler erscheinen zu lassen, steckt man sie in zu kurzes und zu enges Fußzeug und was man auf diesem Wege nicht erreichen kann, das sucht man dadurch zu erzielen, daß man den Fuß auf hohe, mitten unter der Sohle angebrachte Stöckelabsätze stellt. Man würde vorsichtiger mit den Füßen umgehen, wenn man vorher wüßte, was man nachher weiß und an sich selbst erfährt, und dann oft mit vieler Pein und Not und völliger Unbrauchbarkeit der Füße büßen muß. *Der enge Stiefel* ist die unerschöpfliche Quelle von unzähligen Fußkrankheiten und Kreislaufstörungen, ganz abgesehen von den örtlichen Leiden (Hühneraugen) und Schmerzen. *Der kurze*

Stiefel wird zur Ursache für die Bildung des Ballens, jener so sehr gefürchteten Verunstaltung, welche nicht nur viele Schmerzen im Gefolge hat, sondern auch den Gebrauch der Füße unendlich erschwert, zuweilen so sehr, daß die Ausübung mancher viel Gehen erfordernden Berufsarten geradezu unmöglich wird.

Die Stöckelschuhe machen einen sichern graziösen Gang, auf den man als Zeichen anerzogener Wohlanständigkeit und einer höheren gesellschaftlichen Stellung mit Recht einen hohen Wert zu legen pflegt, geradezu zur Unmöglichkeit. Die Stöckelschuhe zwingen ihren Besitzer auf dem Ballen- (Großzehen-) Gelenk zu gehen und die Körperlast auf eine hiezu höchst ungeeignete Stelle der Sohle zu stützen. Die Füße befinden sich in einer unnatürlich stark gestreckten (erhobenen) Stellung, die sie auf die Dauer nicht auszuhalten vermögen. Ihre schönen Trägerinnen müssen nun darin eine Erleichterung suchen, daß sie die Kniegelenke fortwährend, auch beim Gehen in einer mäßig gebeugten Stellung halten, wobei aber ein natürliches Gehen oder Geradestehen völlig ausgeschlossen ist. Man kann deshalb auch schon von weitem an dem unschönen, humpelnden Gang mit gebeugten Knieen (und natürlich etwas vornübergebeugten und deshalb wackelnden Oberkörper) die armen Stöckelschuhträgerinnen erkennen, die niemand zur Freude und sich selber zum Leide der Mode oder dem (Un-)Geschmack ihre Opfer bringen. Und gerade beim weiblichen Geschlecht, das mit seinem ganzen Körperbau (horizontalem Becken) auf den Hackengang angewiesen ist, muß diese Ausgeburt der Mode, die stark an den von uns sonst nicht gerade als mustergültig angesehenen Chinesengeschmack erinnert, besonders schädlich wirken.

So verlockend es nun wäre, auf das reichhaltige und so ungemein wichtige Kapitel vom Fußzeug näher einzugehen, so liegt es doch zu weit ab von unserem Gegenstande, nämlich den Schädigungen, welche Gesundheit und Gestalt vermeintlicher Schönheit zu liebe sich müssen gefallen lassen. In dieser Hin-

sicht spielt das Schnürleib eine sehr bedeutende Rolle. Eine unnatürliche Ähnlichkeit mit einer Wespe scheint einem großen Teil unserer Frauenwelt der Inbegriff von Schönheit zu sein, die zu erreichen das Daransetzen von Gesundheit und Leben nicht zuviel gewagt erscheint. Freilich sind die Fälle, in denen das Schnürleib durch Erstickung zu plötzlichem Tode führt, nicht so häufig, daß man die Beispiele nach Dutzenden aufzählen könnte (sie werden eben totgeschwiegen: welche Dame ließe wohl auf das Korsett etwas kommen?!) Aber solche Fälle sind häufiger, als man gemeiniglich annimmt und jeder einzelne ist schon mehr als zuviel. Die Zahl aber der Frauen, die sich durch das Schnüren in mehr oder minder ernster Weise ihre Gesundheit untergraben haben, ist außerordentlich groß. Freilich, wenn man sie hört, die sich schuldig wissen, wie sie bei ihrer Selbstverteidigung behaupten: „So wenig, wie ich mich schnüre, das kann gewiß nicht schaden", so ist man fast geneigt, die Warnungen für Übertreibungen zu halten; wenn man sie dann aber sieht auf dem Krankenlager, so überzeugt man sich bald, daß doch das Schnüren sehr vom Übel ist. Immer ist das Zusammenpressen der unteren Rippengegend der Grund von Kreislaufstörungen aller Art, bald mehr der Lungen, bald mehr des Unterleibes. Man hat ja öfter Gelegenheit, durch den Augenschein sich davon zu überzeugen, eine wie gewaltige Zusammenschnürung des unteren Teiles des Brustkorbes der unausgesetzt während des Tages wirkende Druck des Korsetts zuwege bringt. Und doch liegen hier die wichtigsten Organe, Lunge, Leber, Herz. Daß darunter die Atmung und dadurch die Bluterneuerung in den Lungen und bei der Beengung des Herzens auch der Blutumlauf, jene Grundbedingung für ein gesundes Gedeihen des Körpers, ungemein leiden muß, liegt zu sehr auf der flachen Hand, als daß das des weiteren begründet zu werden brauchte.

Von den Organen des Unterleibes leidet aber nicht bloß die Leber, deren durch das Schnüren hervorgerufene Verun-

staltung als „Schnürleber" bei den Ärzten in nur zu schlechtem Ruf steht, samt ihrer Funktion, sondern auch die gesamten übrigen Unterleibsorgane: Gestörte Verdauung und Ernährung, Beeinträchtigungen der Periode und Unregelmäßigkeiten des Blutkreislaufs, Kongestionen zum Kopf, bei jungen, in der Entwicklung begriffenen Mädchen Begünstigung der Bleichsucht — das sind die Ergebnisse der Bestrebungen, mit Hilfe des Korsetts die Taille auf einen widernatürlich kleinen Umfang zu bringen und dadurch gleichzeitig die Büste stärker hervorzuheben. Aber eins wird nicht bedacht, das sind die Rückwirkungen, welche das Schnüren — es ist hier nicht die Rede vom Tragen eines Korsetts überhaupt, sondern vom Schnüren — auf den Teint mit Notwendigkeit ausüben muß, früher oder später. Die schlechtere Atmung, wie der beeinträchtigte Blutumlauf bedingen eine schlechtere Blutbeschaffenheit, die Zirkulationsstörungen im Unterleibe wirken durch falsche Verteilung, durch dürftige Ernährung, durch Unregelmäßigkeiten des Stuhlganges gleichfalls sehr nachteilig auf die Gesamtfunktion des Körpers, also auch auf den Teint, den getreuen Spiegel derselben.

Das Sündenregister der Menschheit, so weit es sich um die Schädigung der eigenen Gesundheit und Schönheit handelt, ließe noch eine stattliche Vermehrung zu, wollte man alles aufzählen, was hierher gehört. Man könnte nunmehr übergehen zu der Darstellung der mannigfachen mehr oder weniger nachteiligen Einflüsse einer verkehrten Lebensweise im Familien- und Gesellschaftsleben, in Haus und Beruf auf das Wohlbefinden des Körpers und damit auf seine Schönheit, sowie namentlich jenen Teil derselben, der uns hier zunächst angeht, den Teint. Doch diese Aufgabe zu lösen behält sich die Gesundheitspflege vor, und wenn sie auch aus naheliegenden Gründen den schönen Teint weniger zu betonen pflegt, so bleibt doch das als ein Hauptgrundsatz aller Schönheitspflege stehen, daß alles, was der Gesundheit dient, auch in gleichem Maße

der Schönheit frommt. Andererseits konnte hier auch nur Rücksicht genommen werden auf das, was gegen die Schönheit gesündigt wird — um der Schönheit willen.

Ein wie durchaus verfehltes Unternehmen es sei, die Schönheit oder auch nur den schönen Teint durch kleine äußerliche Mittel und Mittelchen erreichen zu wollen, das wußte auch der bekannte Cagliostro, jener italienische Abenteurer, der am Hofe Ludwig XV. mit Zauberkünsten, Geisterbeschwörungen und einer vorgeblichen Geheimlehre die leichtgläubige vornehme Welt betrog. Von ihm erzählt man sich auch folgendes kennzeichnende und von nicht geringer Menschenkenntnis zeugende Geschichtchen. Er befaßte sich nämlich unter anderem auch mit dem Verkauf einer „Eau de Jouvence“ oder „Jugendelixier“, wie man heute sagen würde, das er sich geradezu mit Gold aufwiegen ließ. Die erste Portion der „Eau de Jouvence“ mußte morgens um 8 Uhr bei einem Spaziergange im Freien eingenommen werden, die zweite abends um 11 Uhr und zwar im Bette. Daneben ließ er durch regelmäßig gegebene Lavements aus lauem Wasser und etwas Honig den Stuhlgang in Ordnung halten. Morgens wurde eine einzige Tasse Kaffee, jedoch mit sehr viel Milch, gestattet. Verboten waren — sehr kennzeichnend für die Sitten der damaligen Frauenwelt — alle Weine und spirituösen Getränke, sowie das Tabakschnupfen. Seine äußeren Schönheitsmittel waren ungemein einfach: Zunächst das strenge Verbot aller weißen Schminke, sodann — und das war alles — verordnete und gestattete er zum Waschen nichts als Regenwasser und Marseiller Seife. Man sieht es seinen Verordnungen an, er erwartete alles von einer geordneten gesundheitsgemäßen Lebensweise. Deshalb hielt er mit ziemlicher Strenge auf das Frühaufstehen und das Frühzubettgehen; das erreichte er durch die Verordnung des Einnehmens der außerordentlich kostbaren „Eau de Jouvence“ „morgens um 8 Uhr im Freien“ und „abends vor 11 Uhr im Bett“ (in den Gesellschaftskreisen jener Zeit, die die Nacht zum Tage und den Tag zur Nacht

machten), durch die Regelung der Verdauung, durch die Vermeidung von Schädlichkeiten (Kaffee, Spirituosen, Tabak, weiße Schminke 2c.). Die „Eau de Jouvence“ muß aber doch Wunderdinge bewirkt haben — natürlich ausschließlich durch die mit ihrem Gebrauch verknüpften diätetischen Maßregeln — denn sie war bei der vornehmen Damenwelt jener Tage ein außerordentlich begehrtes Schönheitsmittel. Seit jenes Abenteurers Tagen hat sich die Leichtgläubigkeit der Frauen wohl etwas vermindert, aber leider hat sich ihre Einsicht nicht soweit vermehrt, daß sie auch ohne die famose „Eau de Jouvence“ sich zu der von Cagliastro ganz mit Recht als Vorbedingung für die Schönheit des Teints unbedingt geforderten gesundheitsgemäßen Lebensweise verständen. Schönheitselixire, das ist's, was man haben will, weil es bequemer ist, als die mancherlei Beschränkungen und Entsagungen bedingende gesundheitsgemäße Lebensweise.

Nach der eingehenden Erörterung der Hauptgesichtspunkte einer naturgemäßen Lebensweise an anderer Stelle erübrigt es hier nur noch zu besprechen, wie man vom kosmetischen Standpunkte die gesunde Haut zu behandeln hat. Das Wichtigste ist natürlich die Beschaffenheit des Waschwassers. Gesunde Menschen sollen sich zum Waschen kühlen („frischen“) Wassers bedienen. Eisigkaltes Waschwasser, wie es die fanatischen Verehrer des Kaltwasserkultus angelegentlich empfehlen, ist deshalb wenig zweckmäßig, weil es den Schmutz nicht fortnimmt und der Haut als solcher keineswegs wohlthut. Gewöhnliche Sterbliche muten ihrer Haut nicht mehr zu, als sie vertragen kann, und wer auf einen guten Teint etwas giebt, wird es deshalb nicht gebrauchen, weil es die Haut hart und rauh macht.

Für Leute, die im Winter an blasser, bläulicher Haut und rauhen, aufgesprungenen Händen leiden, kann man den Gebrauch warmen Waschwassers nicht dringend genug empfehlen. Aber vor dem gewohnheitsmäßigen Gebrauch von wirklich

heißem Waschwasser ist hinwiederum auch zu warnen, denn das heiße Wasser wirkt recht austrocknend und schrumpfend auf die Haut ein. Da hartes Wasser wegen seines Kalkgehaltes einen sehr ungünstigen Einfluß auf die Haut ausübt, so soll zum Waschen nur weiches Wasser benutzt werden.

Wie tief das Bewußtsein von dem vorzüglichen Einfluß des weichen Wassers auf die Schönheit der Haut in der Vorstellung des Volkes sitzt, das spricht sich aus in seinen Sagen und Märchen. Wie oft beschäftigen sich dieselben mit jungen Mädchen, welche in „Osterwasser", Märzschnee, im „Maitau", in dem in ganz bestimmten Nächten gefallenen Morgentau (Johannisnacht) u. s. w. sich waschen oder baden wollten, um schön zu werden oder zu bleiben, und den Gefahren, denen sie dabei begegnen. In allen diesen Fällen handelt es sich eben um nichts weiter, als um das weichste Wasser, welches aus der Hand der Natur hervorgeht. Auch das Regenwasser (Flußwasser) gehört hierher und wird mit Recht als ausschließliches Waschwasser empfohlen für Damen, die auf ihren guten Teint besonderen Wert legen. Wenn Cagliostro daneben nur Marseiller Seife, die zu jener Zeit nicht besser geschäumt haben wird als heute, als Waschmittel gestattete, so hat er damit eben nur die Anwendung der vielen anderen schlechten Toiletteseifen verhüten wollen, von deren Schädlichkeit ja schon die Rede war. Wer auf die untadelige Beschaffenheit seiner Haut etwas giebt, kann in der Wahl der täglich gebrauchten Seife gar nicht vorsichtig genug sein. Ein kleines Stück schlechter, scharfer Seife macht alle übrigen Maßregeln und Bemühungen zur Erhaltung und Verschönerung eines guten Teints mit ziemlicher Sicherheit zu nichte.

Ein sehr wichtiger Gegenstand der Hautpflege, viel wichtiger als manche ahnen, verdient noch besondere Aufmerksamkeit, das Handtuch. Man braucht am Ende nicht wie jene Ninon de Lenclos immer Flanell zum Abreiben zu benutzen, aber ein Handtuch ist um so besser, je gröber es ist, je mehr

es die Haut reibt, je schneller es das Wasser aufnimmt und je gründlicher es die Haut trocknet. Damit wäre also das Urteil gesprochen über jene Spinnegewebe von Handtüchern, die weder zum Trocknen noch zum Frottieren gut, nur als Paradestücke des häuslichen Leinenschrankes eine Berechtigung zum Dasein haben. Auf dem Lande unter Bauern und Häuslern findet man zum Teil wohl deshalb jenen Teint von Milch und Blut bei den jungen Mädchen, weil ihre groben Hedehandtücher so vortrefflich sind. Daß dieser Teint auf die Dauer nicht vorhält, liegt in der schweren Lebensweise des Landvolkes, die auf alles mehr berechnet ist, als auf die Erhaltung des guten Teints.

Wer aber ein Übriges thun will etwa bei „unreinem Teint“ oder bei „Gänsehaut“, der lasse sich den Flanell bestens empfohlen sein. Daß übrigens diese Toilettengeheimnisse nicht überall unbekannt sind, lehrte mich die Äußerung einer Dame, der man allem Anscheine nach das Recht nicht bestreiten konnte, in dieser Sache mitzusprechen, wenn sie sagte, man müsse die Haut behandeln wie einen alten Küchentisch, den man, wenn er gar nicht weiß werden wolle, bekanntlich mit Sand abreibe. Den Sandabreibungen werden wir später noch öfter begegnen. Die Vorteile wie die Anwendungsweise der warmen oder kalten Bäder und Waschungen auch für den Teint wurden schon eingehend gewürdigt (s. S. 38 ff.).

Unter der Voraussetzung, daß die besprochenen allgemeinen hygienischen Maßregeln die ihnen schuldige Beachtung finden, kann man auch die Anwendung örtlicher Mittel gutheißen. Ein vorzügliches Mittel, um der Haut von Gesicht, Händen und Armen ihre Zartheit, Transparenz und Geschmeidigkeit zu erhalten, besteht in dem täglichen morgens vorgenommenen Abreiben derselben mit „Mandelkleie“ oder auch mit der sogenannten „präparierten Mandelkleie“ (Nr. 2), die also einen kleinen Zusatz von Marseiller Seife enthält, welche in Pulverform auch besser schäumt. Nach der gewöhnlichen

Reinigung mit Wasser und Seife nimmt man einen kleinen Eßlöffel voll Mandelkleie und reibt damit die noch nassen Teile 5 Minuten lang, nicht ohne sie nach Bedarf öfter zu benetzen. Danach wird die Mandelkleie abgespült und die Haut gehörig abgetrocknet. Weitere Mittel und Maßregeln bedarf eine gesunde Haut und ein von Natur guter Teint nicht, es ist vielmehr eine große Thorheit und Unvorsichtigkeit, eine gesunde Haut auf eine andere als die geschilderte Art zu behandeln, bloß weil man sich durch irgend ein Vorurteil („den guten Ton"), durch den Friseur oder den guten Rat einer dies oder das Mittel für besonders „gut" erklärenden Freundin verleitet, dazu für verpflichtet hält. Der aufs Geratewohl und auf längere Zeit fortgesetzte Gebrauch von „Teintmitteln" außer den obenangeführten, namentlich derjenige von spiritus- und metallhaltigen, führt niemals zu etwas Gutem, sehr häufig aber geradezu zu einer Verderbnis des Teints.

Sieht man sich veranlaßt, wegen dieser oder jener kleinen, jedoch unter die eigentlichen Krankheiten des Teints noch nicht zu rechnenden Abweichungen vom Normalen dies oder jenes Mittel zu gebrauchen, so darf das doch immer nur zeitweise geschehen, so lange eben jener Zustand dauert. Je weniger dergleichen Teintmittel man unnötig gebraucht, desto länger wird man seinen guten Teint sich erhalten. Daß bei der Beschaffung dieser Toilettemittel beim Friseur eine gewisse Vorsicht, und hochtrabenden Namen gegenüber eine große Kaltblütigkeit entwickelt werden muß, wurde schon oben berührt. Mit dieser einfachen Warnung wird zwar nur den wenigsten gedient sein, sofern sie sich aus diesem oder jenem mehr oder weniger gerechtfertigten Grunde zu dem Gebrauch eines Teintmittels glauben entschließen zu müssen. Deshalb mögen einige Fingerzeige in dieser Richtung hier ihren Platz finden. Vollblütigen Personen oder überhaupt Personen, welche an Neigung zu Röte des Gesichts, besonders der Nasenspitze oder einem Anflug zu gelblichen Schattierungen, einem ganz leichten

Grade von Sommersprossen leiden oder den Einwirkungen von Wind und Wetter und Sonnenbrand möglichst zu begegnen wünschen, thut eine täglich am Morgen vorgenommene Waschung mit einem Borax enthaltenden Teintwasser sehr gut (Nr. 3). Mit diesem Teintwasser wäscht man gleich nach dem Aufstehen Gesicht, Hals und Arme, läßt es bei ruhigem Verhalten (zur Vermeidung der Verdunstungskälte) etwa 3—4 Minuten eintrocknen und nimmt darauf erst seine Morgenwäsche vor, ohne jedoch Seife dazu (höchstens an den Händen) zu verwenden. Zu ähnlichen Zwecken kann man auch die allbekannte und beliebte „Jungfernmilch", oder wie die Liebhaber ausländischer Namen sie lieber nennen hören, Lait virginal (Nr. 4), verwenden, deren wirksamer Bestandteil die Benzoe, ein wohlriechendes Harz, ist. In diesem Falle ist jedoch die deutsche Jungfernmilch vorzuziehen, weil zur Bereitung der französischen nicht die Benzoe, sondern der Tolubalsam verwendet wird, dem die guten Eigenschaften nicht in gleich hohem Grade eigen sind wie der Benzoe. Mit dieser Jungfernmilch wäscht man abends die Haut, auf der man sie unter Vermeidung körperlicher Bewegung eintrocknen läßt. Die Haut soll dadurch weiß und frisch, und infolge ihrer Einwirkung auf die Hautgefäße gleichsam verjüngt werden, aber das doch wohl nur bei gleichzeitiger Befolgung der Grundsätze Cagliostros und der Vermeidung übermäßigen Gebrauches.

In der Unzahl von Teintmitteln, welche die industrielle Kosmetik anbietet, ist nur eine verhältnismäßig geringe Anzahl verschiedener Arzneikörper verborgen, die in immer wechselnder Form und Gestalt, unter den willkürlichsten, auf Düpierung der Käufer berechneten Namen ihren Weg ins Publikum suchen und finden. Im allgemeinen muß man, wie gesagt, zu größter Vorsicht im Gebrauch der käuflichen kosmetischen Mittel mahnen, da sie ungemein häufig solche Stoffe enthalten (Quecksilber, Blei, Wismut, Zink rc.), welche nicht ohne Schaden für die Schönheit der Haut wie für die Gesundheit dessen, der darin

steckt, dauernd gebraucht werden können. Ein augenblicklicher Anfangserfolg läßt sich ja zum Teil gar nicht in Abrede stellen, aber wenn die Freude ihre Zeit gedauert hat, so pflegt der hinkende Bote nicht auf sich warten zu lassen, und die Sache ist dann meist schlimmer als vorher.

Wo von der Pflege der Haut die Rede ist, darf eins nicht vergessen werden: der Handschuh. Ohne näher auf die kulturhistorische Bedeutung dieses schon seit den ältesten Zeiten gebrauchten Toilettengegenstandes einzugehen, der in verschiedenen Zeitabschnitten zu wiederholten Malen in außerordentlichem Ansehen stand und dem eine uns gar nicht mehr verständliche Wichtigkeit beigelegt wurde („Fehdehandschuh", Schillers „Der Handschuh"), soll hier nur hingewiesen werden auf den nicht zu unterschätzenden Einfluß des Handschuhs auf die Beschaffenheit und Schönheit der Haut. Man kann diesen günstigen Einfluß zunächst auf dieselbe Linie stellen mit dem der Kleidung überhaupt.

Wie alle durch die Kleidung fortwährend bedeckt gehaltenen Teile ohne Ausnahme eine zartere und weißere Hautbeschaffenheit annehmen, so werden auch die Hände (eventuell die Arme) gleichfalls einen zarteren Teint annehmen, wenn sie sorgfältig vor der färbenden Einwirkung des Sonnenlichts oder dem die Zartheit und Weichheit der Haut allerdings sehr beeinträchtigenden Einfluß von Wind und Wetter und Kälte, überhaupt schnellen Temperaturwechsels durch die Handschuhe entzogen werden. Und zwar sind die ledernen Handschuhe in besonders hohem Maß dazu geeignet. Die Frauenwelt macht von dem Glacehandschuh einen viel ausgedehnteren Gebrauch als die Männer, in demselben Maß etwa, wie sie auf die Schönheitspflege einen größeren Wert legt als jene. So tragen die Damen auch im Winter Glacehandschuhe und bergen ihre Hände dann im Wärme spendenden Muff, während die Herren sich der Stoff- oder Pelzhandschuhe bedienen und nur ausnahmsweise ihre Zuflucht zum Muff nehmen (z. B. auf der Jagd).

Manche Hausfrauen tragen zur Schonung ihrer Hände bei den gröberen häuslichen Arbeiten abgelegte Handschuhe, ein Verfahren, das man nur billigen kann, so lange die häuslichen Arbeiten nicht dadurch beeinträchtigt werden. Ebenso thun alle Damen, deren Hände rot (blaurot) sind oder an Neigung zu Sprödigkeit und Trockenheit leiden, gut daran, abends beim Zubettgehen Glacehandschuhe für die Nacht anzuziehen. Diese Maßregel hat eine ähnliche Wirkung, wie das bekannte Bedecken des Gesichts mit einem Brei aus Weißbrotkrume und Milch oder frischem Kalbfleisch während der Nacht. Das alles läuft so ziemlich auf dasselbe hinaus, auf die Bähung und Durchfeuchtung der Haut, indem dieselbe nachts unter dem Einfluß der Feuchtigkeit und Wärme von einem reichlichen Blutstrome durchflossen wird, ohne doch die dadurch gesteigerte Schweißmenge nach außen abgeben zu können. Gleichzeitig kommt dabei auch die zerteilende Wirkung feuchtwarmer Umschläge zur Geltung, die gewiß für manche kleine von Talg- und Schweißdrüsen ausgehende Unebenheiten des Teints ihr Gutes haben. Dieselbe Wirkung wird man erwarten dürfen von Kompressen, welche man in Milch ausringt, und nachdem man sie mit einem Stück Guttaperchapapier oder Wachstuch bedeckt hat, abends beim Zubettgehen durch geeignete Binden auf dem Gesicht befestigt; wenigstens ist das Verfahren, wenn man dergleichen überhaupt machen will, einfacher und für viele auch appetitlicher, als jene Breiumschläge. Viel leichter läßt sich dieses erweichende Verfahren mit Hilfe von Handschuhen auf die Hände anwenden und wird sich besonders empfehlen für alle, welche an einer schmutzigen, rissigen Haut (z. B. infolge häuslicher Arbeit), an trockenen, spröden oder auch an roten Händen leiden. Zu dem Ende zieht man abends, einige Zeit nachdem man die Hände gewaschen und gut abgetrocknet und dann gründlich mit Wallracerat Nr. 6) oder Lippenpomade (Nr. 7) oder Kristallpomade (Nr. 8) bestrichen hat, ein paar alte Handschuhe (am besten von Rehleder) an. Mit der Zeit

überziehen sich dieselben an ihrer Innenfläche mit einer Salbenschicht, und es bedarf dann kaum noch weiterer Einreibung. Es versteht sich, daß man am andern Morgen die Hände einer Seifenwaschung unterziehen muß.

Das Streben, die natürliche Farbe und Schönheit der Haut durch künstliche Färbung noch zu verschönern, ist so alt wie die Menschheit. Je nach den wechselnden oder den verschieden ausgestalteten Begriffen menschlicher Schönheit haben zu verschiedenen Zeiten und bei verschiedenen Völkern die mannigfachsten Arten der Hautbemalung, des Schminkens, in Ansehen gestanden. Es giebt Völker, die sich bei feierlichen Gelegenheiten den gesamten Körper anmalen, die eine Hälfte z. B. himmelblau, die andere kreideweiß, und zwar auch im Gesicht genau halb und halb; andere färben Nägel, Lippen und Zähne. Wir Europäer sind insofern bessere Menschen, als wir im ganzen uns solcher Schönheitskrücken als Sitte überhaupt nicht bedienen. Gefärbt, d. h. geschminkt, wird bei uns nur, wo es gilt, den Anschein einer natürlich schönen und jugendlichen Haut zu erwecken, entweder von solchen, welche die Farbenschöne der Jugend verloren haben, oder von solchen, die sie nie besaßen und durch Färbung ihre graue, fleckige, ihre krankhaft bleiche oder sonst unvorteilhaft aussehende Hautfarbe zu veredeln sich bemühen.

Wunderbar ist es, daß junge Mädchen und Frauen mit den schönsten Farben immer noch „weißer“ zu sein verlangen und durch diesen Wunsch zum Schminken veranlaßt werden. Und doch ist das weiße Schminken unter solchen Umständen das Unsinnigste, was man sich denken kann, weil man dadurch nie jenes rosig angehauchte Weiß einer gesunden Hautfarbe, sondern immer nur eine Art Kreide- oder Leichenfarbe erzielt, die man weder natürlich noch schön nennen kann. Freilich verleihen die meisten Schminken, namentlich die Metalloxyde enthaltenden, einer bleichen gelblichen, von den verräterischen Linien durchzogenen Gesichtshaut ein glänzenderes volles Weiß,

indem sie die Runzeln zudecken und an Stelle der schmutzigen Hautfarbe eine reinere setzen. Indes vermag auch die vorsichtigste Verwendung weißer Schminke, zusammen mit der bei ihrem Gebrauch fast unentbehrlichen roten, die Natur nie nachzuahmen; die ganze Physiognomie leidet darunter, und bekommt etwas Starres, Wachspuppenartiges, das nicht bloß unfehlbar bei Tageslicht, sondern auch bei Lampenbeleuchtung selbst Uneingeweihte diese Schönheitsmaske durchschauen läßt.

Die Folgen des Weißschminkens kann man am besten beobachten bei einer Schauspielerin, welche die ersten Jahre ihrer Laufbahn hinter sich hat. Jeder jungen Dame, welche Lust zum Schminken verspürt, wäre der Anblick einer solchen durch die weiße Schminke verdorbenen Haut zu wünschen und zwar bei Tage, nach der Morgenwaschung, damit die glanzlose, graugelbliche, oft lederartig trockene Beschaffenheit derselben zu ihrer Warnung diene und zu dem Entschluß verhelfe, auf eine so zweischneidige Aushilfe zu verzichten. Denn selbst die verhältnismäßig unschuldigen weißen Schminken als Talkpulver, Magnesia, Poudre de Riz (Stärkemehl oder Reisstärke), auch wenn man sie ohne jeden metallischen Zusatz verwendet, stören durch die fortwährende Austrocknung die Hautfunktionen bedeutend.

Vor Wismut (Perlweiß, Perlpulver, Gesichtspulver) muß noch besonders deshalb gewarnt werden, weil es leicht zu jenen linsengroßen, braungelben Flecken Anlaß giebt, z. B. bei stärkerem Schwitzen oder bei dem Aufenthalt in gaserleuchteten Räumen wegen des Schwefelgehaltes sowohl des Schweißes als auch der gasigen Produkte der Leuchtgasverbrennung; aus demselben Grunde dürfen Personen, welche z. B. wegen Finnen oder wegen anderer Hautleiden Schwefelmittel (Kummerfeldsches Waschwasser) anwenden, keine metallischen Schminken gebrauchen. — Das Bleiweiß sollte zu Schminken überhaupt nie verwendet werden, da Blei in dieser Gestalt eben so leicht zu Bleivergiftungen (S. 66) führen kann, wie in Gestalt von

Ölfarbe (Anstreicher, Dekorationsmaler) und sicher auch oft geführt hat, wenn sie auch wegen der ganz unvermuteten und unbekannten, dem Arzt regelmäßig sorgfältig verheimlichten Ursache nicht immer als solche erkannt werden. Näher auf die örtlichen wie allgemeinen gesundheitlichen Folgen der metallhaltigen weißen Schminken hier einzugehen, verlohnt sich kaum; den Vernünftigen dient das schon Gesagte hinreichend zur Warnung, die Unvernünftigen oder zum Schminken Genötigten durch Warnungen von dem Gebrauch derselben abzuhalten, würden ganze Bände nicht vermögen.

Gegen das rote Schminken läßt sich im allgemeinen weit weniger einwenden, einmal weil die dazu verwendeten Farben, wenn sie anders echt sind, bei weitem nicht den schädigenden Einfluß auf die Haut ausüben, und andererseits, weil die Wirkung ungemein viel besser und natürlicher ausfällt, auch bei solchen, deren Hautfarbe sonst manches zu wünschen übrig läßt. Darum stehen sich selbst Damen mit dem Teint einer Zigeunerin besser, nur rot zu schminken, denn das Rot hat an sich schon die Eigenschaft, namentlich bei künstlicher Beleuchtung den Teint heller erscheinen zu lassen, und den Augen scheinbar schöneren Glanz zu verleihen, und bei guter Ausführung ist es von der natürlichen Wangenröte kaum zu unterscheiden.

Was das Schminken selbst anlangt, so wird dasselbe auf verschiedene Art ausgeführt. Will man die weißen, sogenannten absorbierenden, „trocknenden" Pulver nach dem Waschen und dem oberflächlichen Abtrocknen (wie das ja mit den „feinen" Handtüchern nicht anders ausführbar ist) zum Trocknen der Haut gebrauchen, so benützt man dazu eine Puderquaste aus dem flaumigen Pelz eines Schwanes. Die besten „Schwanfelle" liefert die holländische Gans, die sich durch ihren weichen, dichten Flaum auszeichnet. Zum eigentlichen Schminken bedienen sich jedoch die meisten Damen eines eigens dazu hergerichteten und mit einem Stiel versehenen Hasenfußes. Die

Schminkwässer werden mit einem Pinsel auf die Haut gebracht; sind sie dann nach etwa 10—15 Minuten eingetrocknet, so wird der Überschuß soweit abgewischt, daß die verbleibende Menge genügt, der Haut das gewünschte Weiß zu erteilen.

Die Schminken kommen in den verschiedensten Sorten zur Verwendung, zumeist als Pulver, aber auch in Gestalt von Schminkwasser, -Pomade, -Krepp und -Papier. Zu den unschädlicheren weißen, nach dem Waschen zum Trocknen und Glätten des Gesichtes viel gebrauchten Schminken zählt das Veilchenpulver (Nr. 9) und das Toilettenpulver von Pistazien (Nr. 10). Auch der geschlemmte Talk allein (die „venetianische" Kreide) erfreut sich unter dem Namen „französisch Weiß" (Blanc français) einer großen Beliebtheit, die er auch insofern verdient, als er, durchaus ungiftig und unter keinen Umständen (wie Wismut in Gegenwart von Schwefel) schmutzig graue Flecke machend, sich am besten von allen zum Schönen der Haut eignet. Diese unschuldigeren weißen Schminken pflegen aber meist denjenigen nicht zu genügen, welche sich schminken, um zu zeigen, was sie nicht haben, oder um zu verbergen, was sie andern nicht zeigen wollen. Und es läßt sich nicht leugnen: die zum Schminken gebrauchten Metalloxyde, namentlich das gefährlichste unter ihnen, das Bleiweiß, decken weit besser alle Schäden zu und geben ein glanzvolleres Weiß, aber ihre Einwirkung auf die Haut ist eine ungleich verderblichere. — Auch ärztlicherseits wird ja z. B. das Zinkweiß bei bestimmten Krankheitszuständen der Haut, wo man eben zusammenziehend und austrocknend auf dieselbe einwirken will, vielfach angewendet, aber nur so lange, als es erforderlich ist. Setzt man nun aber die gesunde Haut vermittelst des Schminkens lange Zeit einer derartigen Austrocknung aus, so leidet dieselbe selbstverständlich in nicht wieder rückgängig zu machender Weise. Bleiweiß wie Wismutweiß verfärben in unreiner, auch nur Spuren von schweflicher Verbindungen enthaltender Luft sehr leicht sich und die Haut bräunlich grau,

was ihrer Beliebtheit jedoch keinen Abbruch thut, um so weniger, als diese Art Schönheitsmittel hauptsächlich verwendet werden von Leuten, die mit ihrer Schönheit sozusagen von der Hand in den Mund leben.

Übrigens findet man das Bleiweiß jetzt doch im ganzen seltener in Gebrauch als früher, da in unserer Zeit auch Unbefangene gelernt haben, die mit dem Gebrauch gewisser Toilettemittel verbundenen Gefahren zu würdigen und die gefährlichen derselben zu meiden. So ist denn jetzt unstreitig das Wismutweiß (basisch salpetersaures Wismutoxyd), welches im Handel unter dem Namen „Perlweiß“ geht, das zum Schminken gebräuchlichste Metalloxyd. Es wird verwendet wie es ist, ohne weitere Zubereitung oder Mischung mit anderen Bestandteilen.

Die Schauspieler gebrauchen das Wismutweiß unter dem Namen „flüssiges Perlweiß“ (Nr. 13) in flüssiger Form und großer Menge, da sie auf der Bühne oft, ihrer Rolle gemäß, einen weißen Teint zeigen sollen, während doch die Anstrengung und Aufregung des Spieles ihr Gesicht rötet. Als „Gesichtspulver“ (Nr. 12) erhält man eine weiße Schminke, die aus Weizenstärke mit einer starken Beimengung von Wismutweiß besteht, und „Perlpulver“ (Nr. 11) nennt sich dieselbe, wenn die Hälfte der metallischen Beimengung durch Zinkweiß ersetzt ist. Schließlich dürfen hier einige bleihaltige Schminken nicht unerwähnt bleiben, natürlich nur, um vor ihrem Gebrauch zu warnen: Russisches Schönheitswasser, Lait de Perles, Albion aus Paris, Schminkwasser und Damenpulver von Pohlmann, Blanc de Perles, Snowwhite, Enamel Snowwhite und Oriental Cream ꝛc.

Die bei der Besprechung der roten Schminken erwähnte Unschädlichkeit in Bezug auf die Haut gilt jedoch auch nur mit einer gewissen Einschränkung, nämlich nur für die besten und ganz unverfälschten roten Schminken. Bei dem außerordentlich hohen Preise der unschädlichen und wirklich guten Schminken liegt die Versuchung zu Verfälschungen mit

Zinnober (einer Quecksilberverbindung) und andern billigen Farbstoffen gar zu nahe, als daß sie nicht vielfach zum Nachteil des kaufenden Publikums sollte geübt werden. Gute rote Schminken können aber nie billig sein, und die vorzüglichste rote Schminke, sowohl hinsichtlich ihrer Unschädlichkeit, als ihrer herrlichen natürlichen Farbe, das Safflorrot (auch Carthamin, portugiesisches oder spanisches Rot, Rouge vegetal genannt) gehört sogar zu den sehr kostspieligen Artikeln.

Dieses Carthamin dient auch zur Herstellung des Schminkpapiers (Rouge en feuilles, chinesische Schminke). Der Farbstoff wird auf dicke Papierblätter von Kartengröße aufgetragen und nimmt, langsam getrocknet, einen schönen grünen Bronceglanz an, namentlich wenn man ihn von der Seite betrachtet. Die mit Wasser befeuchtete Spitze der Finger nimmt genug Farbe von dem Papier auf, um beim Verreiben auf der Wange dieselbe mit einem schönen rosigen Hauche zu überziehen. Vor den trocken aufgetragenen Schminken hat diese den Vorzug, daß sie nur abgewaschen, nicht abgewischt werden kann.

Dem Safflorrot zunächst steht der Karmin, der jedoch weit entfernt ist, dasselbe zu ersetzen; auch verträgt ihn die Haut nicht in demselben weitgehenden Maße wie jenes. Eine schöne und beliebte Schminke ist die „flüssige Rosenschminke“ (Nr. 14, Bloom of Roses, Fleur de Roses oder Purpurissimum liquidum), welche sowohl zum Schminken der Wangen, als auch zu der vielbegehrten kirschroten Färbung der Lippen benutzt wird. Den Karmin benutzt man auch zur Herstellung von Schminkpulvern, indem man ihn mit der 10—20fachen Menge Talk vermischt (Nr. 15). Dieses Pulver kann nun wieder durch einen kleinen Zusatz von Tragantgummi in die Form einer festen Schminke gebracht werden. Im ganzen ist aber die „flüssige Rosenschminke“ diesen letztgenannten Formen vorzuziehen, aus mehr als einem Grunde. Auf gleicher Linie mit der genannten Rosenschminke stehen der Schminkkrepp, die Schminkwolle und das Schminkpapier. Reibt man dieselben,

nachdem man sie etwas angefeuchtet hat, auf der Haut, so geben sie den darin enthaltenen Karmin ab, und überziehen jene mit einem schönen rosigen Schimmer.

Der neueren Chemie verdankt die Kosmetik einen eigentümlichen Farbstoff, das Alloxan, welches zur Herstellung einer „sympathetischen" Schminke verwendet wird, die unter dem sonderbaren Namen „Schnouda" bekannt ist. Das Alloxan bildet vollkommen farblose Kristalle, das in ein wenig Wasser gelöst mit Coldcream gemischt wird. Dieser Coldcream wird als völlig weiße Salbe auf die Haut aufgetragen, wo dann das Alloxan durch die Einwirkung der Haut eine chemische Wandlung erfährt. Hierbei kommt eine schöne rote Farbe zum Vorschein, welche dem natürlichen Wangen- und Lippenrot aufs täuschendste gleicht; doch muß man sehr vorsichtig sein, damit die Färbung nicht zu auffallend wird.

6. Verfärbungen und Flecke der Haut.

In den untersten Schichten der Oberhaut lagert das sogenannte Pigment (Farbstoff), welches der Haut des Menschen seinen eigentümlichen Farbenton verleiht. Am reichsten an Pigment ist die Negerhaut; beim Europäer zeichnen sich unter normalen Verhältnissen nur einzelne Körperstellen durch größeren Pigmentreichtum aus, wie z. B. der Warzenhof. Ausgedehnte Verfärbungen der Haut, meist in größeren, scharf umschriebenen, oder an den Rändern allmählich ins Normale übergehenden Flecken auftretend, kommen außerdem bei Frauen in physiologischen Zuständen zu gewissen Zeiten vor und schwinden dann auch wieder von selbst.

Im übrigen kennt man über größeren Flächen der Haut ausgedehnte gelbe oder braune Flecken und Verfärbungen nur

als Ausdruck mehr oder minder schwerer Erkrankungen innerer Organe (Leber, Milz, Nebennieren, Nieren) und als solche interessieren sie nicht so sehr den Kosmetiker wie den Arzt. Andere Flecken, die als rein örtliche Anomalien der Hautfärbung vorkommen, sind entweder angeboren, wie das Muttermal, oder sie treten erst später auf als Sommersprossen und Leberflecken.

Mit dem Namen Muttermal bezeichnet man im Publikum allerlei verschiedenartige Hautflecken und Hautverfärbungen. Es giebt solche Muttermäler bis zur Größe eines Markstückes und noch darüber von der verschiedensten Gestaltung. Die kleinen Mäler, etwa linsen- bis erbsengroße Flecke, gehen im gewöhnlichen Leben ihrer Farbe wegen auch unter dem Namen „Leberflecke“. Ist ein solches Mal etwas größer und mit Haaren bewachsen, so findet die geschäftige Phantasie sehr leicht eine Ähnlichkeit heraus mit einer Maus oder irgend einem andern Gegenstande, und Laien sind dann gar nicht im Zweifel, daß die Mutter sich „versehen“ hat. Wenn diese dann lange genug darüber nachdenkt, so erinnert sie sich auch sicher eines kleinen mit einem Schreck verbundenen Vorfalles, der wohl oder übel als die Ursache dieses Males gelten muß; der Einwand, daß die vielfach schreckhaften Frauen doch außerordentlich häufig ohne Schaden für das Kind einen solchen Schreck überstehen, kommt gar nicht zur Geltung. Zudem spricht der Umstand, daß in manchen Familien diese Mäler unter dem Einfluß der Erblichkeit öfter vorkommen, dagegen, daß ihre Ursache in dem „Versehen“ der Mutter zu suchen sei.

Die Muttermäler zeigen ein recht verschiedenes Äußere. Zuweilen sind diese angeborenen Mäler braun bis schwarz gefärbte, rundlich gestaltete und über die Oberfläche der Haut ein wenig hervorragende glatte Flecke; meist aber sind sie dicht mit verhältnismäßig langen, oft borstenartigen Haaren besetzt, haben dabei eine warzig höckerige Oberfläche und ragen in letzterem Fall über die umgebende Haut mehr oder weniger

hervor. Diese Mäler verändern sich nun nicht, wenn sie nicht durch elektrische Behandlung beseitigt werden.

Die Leberflecke, d. h. die wirklichen, haben ihren Namen von ihrer braungelben Färbung. Sie kommen vor in Gestalt mehr oder weniger großer scharf begrenzter Flecken oder über größeren Hautstellen verbreiteter braungelber, an den Grenzen allmählich heller werdenden Verfärbungen der sonst ganz normalen Haut, welche aber nicht über die Haut hervorragen.

Diese Art von Leberfleck erreicht manchmal die Größe eines halben oder ganzen Kartenblattes und hat ihren Sitz hauptsächlich im Gesicht, an der Stirn, bis zur Grenze des Haarwuchses, an einer oder beiden Wangen, an Ober- und Unterlippe, an Nase und Augenlidern, und zwar meist in Form von Streifen oder von mehr oder weniger rundlicher Gestalt. Manchmal zeigt fast das ganze Gesicht eine gleichmäßige gelbe Färbung, aber der Hals mitsamt den Ohren bleibt meistens frei.

Diese Leberflecken findet man besonders häufig bei Frauen, verheirateten wie unverheirateten, wo sie sehr oft zusammenhängen mit normalen physiologischen, periodisch wiederkehrenden Zuständen; sie können aber auch infolge von Krankheiten innerer Organe der Frauen auftreten, deren Erörterung nicht hierher gehört, und wiederum auch ganz ohne Zusammenhang mit inneren Organen als ganz selbständige Hautleiden bestehen. Viele Ähnlichkeit mit diesen Leberflecken bieten jene Verfärbungen der Haut, welche man zuweilen bei Schwindsüchtigen und durch andere Krankheiten (Malaria, Krebs, Addisonsche Krankheit, Aussatz) Heruntergekommenen findet.

Schließlich wäre noch eine Art von Hautflecken zu erwähnen, welche ihre Entstehung der Anwendung eines spanischen Fliegenpflasters, eines Senfteigs, des Crotonöls oder Seidelbasts, oder der lange fortgesetzten Anwendung von Jodtinktur verdankt, wie es denn Leute giebt, welche zum Andenken an ein wegen peinvoller Zahnschmerzen einmal gelegtes Senfpflaster bis ins höchste Alter einen großen dunklen Fleck auf der Wange

tragen. Diese Thatsache muß dem Arzte stets gegenwärtig sein, wenn er in die Versuchung kommen sollte, die Anwendung eines derartigen Hautreizes im Gesicht oder an anderen unbekleidet getragenen Körperstellen zu verordnen.

Aber nicht bloß chemische Reize führen zu Verfärbungen der Haut, sondern auch mechanische und thermische Einwirkungen der verschiedensten Art. Soldaten, Kutscher, Seeleute, Maurer, Landleute, welche dem Einfluß von Wind und Wetter und namentlich dem direkten Sonnenlicht dauernd ausgesetzt sind, zeigen an Gesicht, Händen und Nacken, überhaupt soweit sie unbekleidet sind, eine rötlich braune Verfärbung der Haut, die man als „Sonnenbrand“ bezeichnet. Allerdings gehört eine gewisse Anlage dazu, denn nicht alle, die sich dem Sonnenschein aussetzen, „verbrennen“ (oder „brennen ab“), sondern gewöhnlich nur gesunde und kräftige Leute, während Bleichsüchtige, Schwindsüchtige, Blutarme und überhaupt Kränkliche es wegen der Blutarmut ihrer Haut und der Schlaffheit des Blutumlaufes und des Stoffwechsels in derselben nicht zu dieser Art hochgradigen Bräunung bringen. Deshalb kann also eine wegen ihrer Gesundheit ins Seebad geschickte junge Dame eine gewisse Befriedigung empfinden, wenn sie verbrannt nach Hause zurückkehrt. Unter den gewöhnlichen Verhältnissen des Stadtlebens pflegt sich diese Verfärbung auch bald wieder zu verlieren, aber es kommen doch auch solche Fälle vor, wo der Sonnenbrand dauernd seine Spuren zurückläßt in einer gewissen Verdickung und trockneren Beschaffenheit neben einer allerdings nur geringfügigen Verfärbung der Haut, so daß der Kosmetiker vor dem Übermaß des Sonnenlichtes warnen muß.

Der Sonnenbrand tritt manchmal sehr plötzlich auf, wenn z. B. Damen mit sehr zarter Haut die bis dahin stets bekleidet getragenen Arme oder Hals und Gesicht plötzlich einer Mode oder Laune zu Liebe nackt tragen und gelegentlich für mehrere Stunden dem direkten Sonnenschein aussetzen. Unter schmerzhaftem Brennen rötet sich die Haut, es kommt zu ent-

zündlicher Anschwellung, stellenweise sogar zu Blasenbildung; eine regelrechte Abschuppung beschließt nach einigen Tagen das kleine Intermezzo. Die damit eingeleitete dunklere Färbung der Haut verschwindet zwar bei geeignetem Verhalten gewöhnlich wieder, hat aber doch in einzelnen Fällen, wenn auch in etwas abgeblaßter Form, viel längeren Bestand, als Damen, die auf ihren Teint halten, lieb zu sein pflegt.

Als Arzt hat man häufig Gelegenheit, eine über große Strecken der Körperoberfläche verbreitete, zwischen leichtem Braun und Schwarzgrau fast in allen Schattierungen spielende Verfärbung zu beobachten, als Begleiterscheinung gewisser Hautkrankheiten und als Folge des Kratzens. Sobald man einen derartig buntscheckigen Körper zu Gesicht bekommt, ist man im klaren darüber, daß es sich um eine mit äußerst heftigem Jucken verbundene Hautkrankheit handelt oder gehandelt hat, und die weitere Untersuchung pflegt meist bald Aufklärung darüber zu schaffen, ob Kleiderläuse, Krätze, Juckflechte oder Eczem (Flechten) das maßlose Kratzen veranlaßt haben.

Schon aus dem Sitz der braunen Flecken kann man Schlüsse auf die Natur des Übels machen, da z. B. das durch die Juckflechte verursachte Jucken ganz wo anders sitzt, als das durch die Kleiderläuse bedingte. Diese Färbung kommt zu stande durch das häufige und übermäßige Kratzen, wobei durch Zerreißung der Blutgefässe Blutfarbstoff in das umgebende Gewebe austritt und hier mit der Zeit eine dunkle Farbe annimmt, die er der Haut mitteilt. Der Farbstoff liegt genau ebenso tief und fest in der Haut (Lederhaut) wie der durch Tättowieren hineingebrachte, und läßt sich auch ebenso schwer entfernen.

Von allen Verfärbungen der Haut begegnet man aber am allerhäufigsten den Sommersprossen (Epheliden), diesem Kreuz und Leid so vieler junger Herren und Damen. Meistens findet man sie in Gesellschaft roter, oder ins rötliche spielender Haare und überhaupt bei blondem Teint auf sehr zarter, weißer

Haut. Selten treten sie vor dem sechsten Lebensjahre auf und ebenso selten findet man sie im höheren Alter, etwa vom 40sten Jahre an. Die Sommersprossen stellen stecknadelknopf- bis linsengroße gelbe bis braune, weder schmerzende noch juckende und über die Haut nicht hervorragende Flecken dar, welche ihren Sitz in den alleruntersten saftreichsten Schichten der Oberhaut haben. Ihr gewöhnlicher Standort sind die Nase und das übrige Gesicht, Hals und Brust, doch kommen sie auch nicht gerade selten an allen möglichen übrigen stets von Kleidern bedeckten und nie von einem Sonnenstrahl getroffenen Körperteilen vor zum schlagenden Beweise für ihre Unabhängigkeit von dem Einfluß der Sonne, wenn sie sich auch mit dem Eintritt des Sommers oder Frühjahrs dunkler färben und beim Beginn des Herbstes und im Winter regelmäßig wieder erblassen. In den späteren Lebensjahren verschwinden sie dann für immer. Je dunkler sie im Sommer sind, desto bemerkbarer bleiben sie auch im Winter. Dieser Unterschied ist aber nur ein scheinbarer, denn im Winter sind sie genau in derselben Weise vorhanden wie im Sommer, nur nicht so gut sichtbar. Im Sommer treten die kleinen gelben oder braunen Flecke sichtbarer hervor, weil die Haut blut- und saftreicher und durch die reichlichere Durchfeuchtung mit Schweiß durchscheinender ist.

Was die Entfernung dieser verschiedenartigen Flecke und Verfärbungen der Haut anlangt, so wird man auf dieselbe nur insoweit zu rechnen haben, als der Farbstoff ausschließlich oder hauptsächlich in der Oberhaut eingelagert ist. Die Muttermäler stellen eine die ganze Haut treffende Färbungsanomalie dar. Wo sie durch ihren Sitz im Gesicht, auf Hals, Brust oder Armen durch ihre Größe und Ungestalt, namentlich beim weiblichen Geschlecht die Schönheit beeinträchtigen, kommt ihre sehr wünschenswerte Entfernung öfter in Frage. Die Heilung von diesem entstellenden Übel wird man am besten einem Spezialisten für Hautkrankheiten anvertrauen, der in dem elektrischen Strom ein vorzügliches Mittel zu ihrer Beseitigung besitzt.

Diejenigen einfachen unbehaarten Mäler und Flecken, bei denen der Farbstoff mehr oberflächlich sitzt, lassen sich — von seiten des Arztes — ziemlich schnell und ohne weitere Schmerzen durch stärkere Sublimatlösungen beseitigen, ebenso auch die Sommersprossen.

Ein sehr energisch wirkendes Mittel zur Entfärbung dieser Flecken ist auch das Wasserstoffsuperoxyd, völlig unschädlich, unauffällig und schmerzlos; dasselbe ist indes nicht in allen Apotheken zu haben.

Es läßt sich aber auch ein langsamerer und ebenfalls ziemlich sicherer Weg einschlagen, um die unschönen Flecken zum Verschwinden zu bringen. Mit dem Gebrauch der hier zu nennenden Mittel muß man indes stets längere Zeit fortfahren, weil sich der Farbstoff auf diese Weise nur verhältnismäßig langsam zerstören läßt. Aber bei ihrer Unschädlichkeit steht ihrem Gebrauch auch weiter nichts entgegen.

Das einfachste und mildeste Mittel ist eine Auflösung von Borax (Nr. 17), mit der man abends unmittelbar vor dem Zubettgehen die durch die Sommersprossen verunzierten Hauptpartien einreibt und bei ruhigem Verhalten des Körpers eintrocknen läßt. Sind nach längerem Gebrauch allmählich die Sommersprossen verschwunden, so kann man die Kur unterbrechen, bis das erneute Hervortreten des alten Übels eine Wiederaufnahme von neuem nötig macht.

Ganz besonderen Rufes gegen Sommersprossen erfreut sich die Lilionèse, von der es mehrere Vorschriften giebt; außer der gewöhnlichen (Nr. 18) giebt es auch solche mit einem Zusatze von präpariertem Talk, einem Schmink- und Deckmittel, welches der Haut eine größere Weiße und Undurchsichtigkeit verleiht und dadurch die Sommersprossen gleichzeitig etwas verdeckt (Nr. 19). Wie das Boraxwasser wird auch die Lilionèse am Abend aufgetragen und am andern Morgen trocken wieder abgewischt.

Wo es auf schnellere Wirkung ankommt, gebraucht man die gewöhnliche Schmierseife. Dieselbe wird dick aufgeschmiert

während zweier oder dreier Nächte auf der Haut belassen. Man kann dieselbe auch dick auf Flanell schmieren und so nachts auflegen, muß dabei aber für gehörige Befestigung und festes Anliegen auf der Haut durch geeignete Binden Sorge tragen. Allerdings reizt die Seife bei vielen die Haut in ziemlich starkem Grade und macht eine bald vorübergehende Hautentzündung.

Ein vielfach und mit gutem Erfolge angewendetes Mittel gegen Sommersprossen ist auch das Quecksilbersublimat, der Bestandteil vieler käuflicher Zubereitungen. So z. B. das bekannte Gowlands Cosmetic wash (Nr. 22), ein in England und Nordamerika viel gebrauchtes Kosmetikum, das Sublimat in einer Bittermandelemulsion enthält. Ein französisches Mittel, das gleichem Zweck dient, die Lait antéphelique (von Candes), steht bei ihrem französischen Namen in Deutschland natürlich höher im Preise. Die von Hebra als Mittel gegen Sommersprossen empfohlene Aqua orientalis (Nr. 23), die man gleichfalls abends auf die betroffenen Stellen einpinselt, besteht aus einer noch schwächeren Lösung von Sublimat in einer Bittermandelemulsion.

Schließlich mag hier noch ein anderes Sommersprossenwasser (Nr. 25) seinen Platz finden, von dem man wegen seines stärkeren Gehaltes an Sublimat auch energischere Wirkungen erwarten darf — für hartnäckigere Fälle. Auch hierin spielt, wie in den unter Nr. 19 und 24 genannten Mitteln, der Zusatz von Talk eine wichtige Rolle, insofern als er die Haut undurchsichtiger und dadurch die Sommersprossen unsichtbarer macht.

Außer den bisher aufgeführten giebt es noch unzählige andere Sommersprossenmittel, denen wie den genannten allen gemein ist, daß sie nach und nach die Oberhaut zur Abstoßung bringen. Dahin gehört ein Brei aus Schwefelblumen und Essigsäure zu gleichen Teilen (abends aufzulegen), wenngleich diese letztgenannten Mittel wegen ihrer etwas gewaltsameren Einwirkung und der von starker Abschuppung begleiteten zeitweiligen Verschlechterung des Teints im ganzen wenig Liebhaber finden

mögen; ferner Meerrettigsaft und ein zahlloses Heer von teuren, eleganten, wirksamen und wirkungslosen Geheimmitteln. Die Geheimmittel bestehen zumeist, soweit sie eine Wirkung haben, aus den bisher aufgeführten Stoffen, unterscheiden sich aber von denselben je nach dem verschiedenen Parfüm durch einen andern fremdländischen, englischen oder französischen Namen, namentlich aber durch einen ungerechtfertigt hohen Preis. Dieselben hier aufzuführen, liegt eine Veranlassung nicht vor. Zu warnen ist aber vor allen Mitteln, welche Krotonöl, ätherisches Senföl, Kanthariden (spanische Fliegen) und Schwefelsäure enthalten, ebenso vor längere Zeit wiederholter Jodeinpinselung, weil diese oft genug, wie oben angeführt wurde, selbst die Veranlassung zu bleibenden Flecken geben und das Übel verschlimmern können, das sie heilen sollen.

Es giebt nun auch hartnäckigere Fälle, wo der Farbstoff tiefer sitzt, dessen Beseitigung dann einer spezialärztlichen Behandlung bedarf.

---

7. Mangel an Hautpigment.

(Allgemeine und örtliche Weißsucht.)

Ebenso wie eine vermehrte Farbstoffbildung, so giebt es auch eine verminderte und demgemäß Entfärbung der Haut. Als angeborene Erscheinung beobachtet man diesen Zustand als Albinismus, Weißsucht (Kakerlaken). Bei einem Albino fehlt der Haut, dem Haare und Auge aller Farbstoff. Die Haut zeigt eine außerordentliche Weiße und Zartheit, um so mehr als auch die kleinen, den Körper bedeckenden Flaumhaare ohne jeglichen Farbstoff sind. Auch das außerordentlich feine, weißliche, seidenartige Haar ist ungemein hell gefärbt, nicht bloß am Kopf, sondern auch am übrigen Körper. Das Auf-

fälligste jedoch sind die Augen, denen ebenfalls nicht bloß in der Regenbogenhaut (Iris, das „Blaue“ oder „Braune“ im Auge), sondern auch in der sonst dunkeln Gefäßhaut des inneren Auges aller Farbstoff fehlt. Dieser Farbstoff der Regenbogenhaut schützt im normalen Zustande das innere Auge vor dem direkten Einfall des Lichtes; je heller das Licht, desto mehr verkleinert sich die Pupille zur Abwehr und Abblendung des zu massenhaft ins Auge eindringenden Lichtes. Der Arzt ist zuweilen in die Notwendigkeit versetzt, einem Augenkranken zur Erweiterung der Pupille Atropin ins Auge einzuträufeln. Die Pupille (das „Schwarze“) wird dann so groß, daß sie von dem Weiß des Augapfels nur durch einen ganz schmalen blauen oder braunen Strich getrennt erscheint und die Patienten klagen darüber, daß ihnen „alles zu hell“ erscheint, sogar das gewöhnliche Tageslicht ist ihnen von einer fast unerträglichen Helle. Erst nach einigen Tagen, mit dem Aufhören der Atropinwirkung, verschwindet diese Lichtscheu. In demselben lichtscheuen Zustande befinden sich die Albinos (Kakerlaken) ihr ganzes Leben lang, weil ihre Regenbogenhaut aus Mangel an der dieselbe undurchsichtig machenden Farbstoffschicht vollständig durchsichtig ist und alles Licht durchläßt. Aus diesem Grunde öffnen die Albinos ihre Augenlider meist nur ganz wenig, sie „kneifen die Augen zu“, weil ihnen das Licht geradezu Schmerzen verursacht. Öffnen sie aber bei trübem Wetter einmal die Augen, so fällt einem sofort deren blutrote Farbe auf, man sieht eben bei dem durch die weite Öffnung reichlich einfallenden Licht den roten Augenhintergrund, den man beim normalen Auge erst mit Hilfe des Augenspiegels gewahrt.

Sofort beim ersten Erblicken eines Albinos drängt sich die Ähnlichkeit zwischen seinem Auge und dem eines weißen Kaninchens auf, und in der That hat man auch in dem weißen Kaninchen ebenso wie in den weißgeborenen Pferden, Ratten, Mäusen u. s. w. nichts als tierische Albinos vor sich. Solcher vollständiger Albinismus ist beim Menschen sehr selten, weit

häufiger der teilweise Albinismus, der ja bei manchen Tieren etwas ganz Gewöhnliches, ja das Überwiegende sein kann, wie z. B. beim Rind. Gescheckte Rinder, bei denen also die Hautfarbe (und demgemäß auch die der Haare) aus großen weißen und farbigen Flecken buntscheckig zusammengesetzt ist, sind häufiger als einfarbige.

In sehr beschränktem Maße und weit seltener findet man diese Erscheinung beim Menschen. Am auffälligsten tritt diese Scheckenbildung bei den dunkelfarbigen Menschenrassen hervor, bei den Negern. Solche Neger (Elsterneger, Nègres mouchetés) machen genau denselben Eindruck wie tierische Schecken. Die farblosen weißen Flecken sind nach Gestalt und Größe völlig regellos über beliebige Körperstellen verstreut, und die im übrigen völlig normale und namentlich an den Rändern der Flecken nicht dunklere Haut erscheint an den farblosen Stellen ganz milchweiß, ebenso wie die im Bereich solcher Flecken wachsenden Haare. Solche weiße in Gruppen und ziemlich großen Büscheln zusammenstehende Haare kommen angeboren auch bei sonst ganz gesunden Menschen weißer Rasse vor, sozusagen als niedrigster Grad des Albinismus und gar nicht so selten, wie man von vornherein annehmen möchte. Wer aufmerksam darauf achtet, wird oft genug, namentlich bei Damen, solche weißen Haarbüschel und Strähnen von verschiedenem Durchmesser beobachten können. Dieser auch bei der kaukasischen Rasse beobachtete teilweise Albinismus (Scheckenbildung) bleibt wie der vollständige während des ganzen Lebens unverändert bestehen.

Der erworbene Pigmentmangel (Vitiligo) kommt in Gestalt von mehr oder minder großen unregelmäßig rundlichen Flecken bei Negern wie bei Europäern vor als nicht angeborener, sondern im späteren Leben auftretender Mangel des Farbstoffes an mehr oder weniger großen Hautstellen. Die farbstofflosen Flecke zeigen je nach der Blutfülle eine Färbung zwischen milchweiß bis hellrosa. Ohne eine bekannte Ursache, ohne jegliche

bemerkbare örtliche Störung in der Empfindung oder Ernährung treten an einer oder mehreren Stellen der Haut zunächst etwa pfennig- bis thalergroße weiße, mit der Zeit an Größe zunehmende Flecke auf; dadurch können zwei bis dahin getrennte Flecke zu einem zusammenfließen; an den farblosen Stellen erbleichen auch die Haare. Ein auffallender Umstand macht sich dabei insofern bemerkbar, als unmittelbar an der Grenze dieses hellen Fleckes die Haut deutlich dunkler, ja selbst braun gefärbt erscheint, ein Verhalten, durch das sich dieser Zustand wesentlich unterscheidet von den angeborenen Flecken, welche außerdem das ganze Leben hindurch unverändert bleiben. Dadurch entsteht der Eindruck, als wäre aller Farbstoff aus der hellen Stelle nach der Umgebung ausgewandert. Unmittelbar an der Grenze ist dieser Ring am dunkelsten, je weiter von der weißen Scheibe entfernt, desto heller wird er, um ganz allmählich in die normale Hautfarbe überzugehen. Mit der Zeit, d. h. im Verlauf von Jahren vergrößern sich die weißen Stellen mitsamt dem dieselben umgebenden und in demselben Maße vorwärts schreitenden Ringe, so daß man, wenn erst größere Hautbezirke farblos geworden sind, zweifelhaft sein könnte, ob das Krankhafte in dem Verlust der Farbe (an den weißen Stellen) oder in einer Vermehrung derselben (an den dunklen Stellen) besteht. Doch wird man hierüber stets leicht zur Klarheit gelangen können durch die genaue Betrachtung. Die weißen Stellen zeigen im ganzen eine rundliche, wenn auch unregelmäßige Gestalt mit mehr oder weniger zackigen Rändern, die bräunlichen Flecke diejenige eines mehr oder minder vollkommenen Ringes. Haben also bei einem Menschen, der neben braunen Flecken über große Körperstrecken hin auffallend weiße Farbe zeigt, die braunen Flecke an ihrer dunkelsten Seite einen konkaven Rand, so daß man an diesem den Teil eines mehr oder minder vollkommenen Ringes vor sich sieht, so hat man es eben mit Vitiligo, mit der „Weißsucht“, zu thun. Selbst wenn die Entfärbung bereits den größten Teil des Körpers

einnimmt, vermag man an diesem konkaven Rande der dunklen Flecken noch die Natur des Übels zu erkennen.

Über die Ursache der Weißsucht, sowie über die dabei sich abspielenden Vorgänge befindet man sich vollkommen im Dunkeln, kann sich aber auch bei der einfachen Thatsache beruhigen, da sich irgendwelche schädlichen Folgen für Leben und Gesundheit daraus nicht im mindesten ergeben; es handelt sich eben nur um die kosmetische Entstellung, wenn die Farbenveränderungen die unbedeckt getragenen Körperteile (Gesicht, Hals, Arme, Hände) heimsuchen.

Abgesehen von den Fällen, wo Weißsucht ohne irgendwelche erkennbare Ursachen auftritt, beobachtet man dieselbe als Folge von örtlichen Prozessen oder von erschöpfenden Allgemeinkrankheiten, wie Typhus, Wechselfieber u. s. w. In ersterer Beziehung sind zu nennen Pockennarben, alte vernarbte Geschwürflächen (Beingeschwüre), in deren Umgebung sich sehr leicht dunkelbraune Flecke und Schattierungen von ziemlicher Ausdehnung entwickeln. Sehr häufig geht dieser Pigmentschwund auch von Muttermälern aus, oder von Verbrennungen u. s. w., also meist von Stellen, wo die Pigmentbildung augenscheinlich schon krankhaft geändert ist. Im ganzen findet man öfter bei Frauen als bei Männern Weißsucht als eine während des ganzen ferneren Lebens fortdauernde Entstellung.

Zur Zeit kennt man weder eine Naturheilung noch eine Kunstheilung. Das einzige, was man dabei thun kann, besteht darin, daß man die braunen Flecke, also das verhältnismäßig noch gesundere behandelt, und zwar, indem man ihre Entfärbung herbeizuführen sucht nach den im vorigen Abschnitt besprochenen Grundsätzen, um so wenigstens eine gleichmäßige Färbung herbeizuführen und die Entstellung zu beseitigen, welche in der Verschiedenfarbigkeit liegt.

8. Trockenheit der Haut (Sprödigkeit, Rissigkeit).

Dem Erzeugnis der Knäueldrüsen kommt die Aufgabe zu, die Haut weich, geschmeidig und glatt zu erhalten. Wo dieses Hautfett aus irgend einem Grunde mangelt, stellt sich eine gewisse Trockenheit und Brüchigkeit, eine Einbuße des natürlichen Glanzes und der schwellenden Weichheit ein. Die Haut wird rauh, indem die Oberhaut sich zerklüftet und in Form feinster Schüppchen abschilfert. In schlimmeren Fällen kann es sogar an den Stellen, wo die Haut einer stärkeren Dehnung ausgesetzt wird, wie an Gelenken der Finger und an der inneren Handfläche, zu ganz tiefen, sehr schmerzhaften und die Gebrauchsfähigkeit der Hände in hohem Grade beeinträchtigenden Einrissen in die Haut kommen. Solche Fälle hat man öfter die Gelegenheit zu beobachten bei Leuten mit einer sehr dicken Oberhaut, wenn sie, wie z. B. die Maurer, häufig und andauernd genötigt sind, in Berührung zu kommen mit austrocknendem rauhem Material, wie Ziegelsteine es sind, und daneben sich der schädlichen chemischen Einwirkung von ätzenden Substanzen (Kalkmörtel, Zement) aussetzen müssen. — Bei Damen mit zarter Haut nimmt dieselbe Krankheit, welche hier einer ähnlichen Ursache, dem Gebrauch scharfer Seife, harten kalkhaltigen Waschwassers oder einem winterlichen Ostwinde ihre Entstehung verdankt, eine völlig andere Gestalt an. Bei dieser, vielen zu ihrem großen Leidwesen aus eigener Erfahrung nur zu gut bekannten Form ist die Haut bleich und trocken, an ihrer Oberfläche oft so rauh und hart, daß man fast an ein Reibeisen erinnert wird. Daß eine solche Haut leicht Schmutz annimmt und sich nur sehr schwer rein erhalten läßt, begreift sich leicht. In der rauhen Jahreszeit, namentlich bei herrschendem Ostwinde, steigern sich die Leiden noch; die Oberhaut zerklüftet nach allen Richtungen und die zahllosen Einrisse bilden ein zartes rotes Netzwerk, genau so, wie man es im Sommer bei großer Trockenheit auf Lehm-

boden oder am Boden eines trockengelegten Teiches beobachten kann, auf dem durch die nach allen Seiten hin wirr sich kreuzenden Einrisse das Bild eines großmaschigen Netzwerkes entsteht. Die Netzmaschen sind an der Haut natürlich entsprechend kleiner, so daß kaum eine Linse hindurch könnte. Am Grunde der rot erscheinenden Netzlinien sieht man unmittelbar die blutrote und leicht blutende Lederhaut. Die ganze Haut ist heiß, brennend und schmerzhaft, manchmal mit Blutpunkten oder längeren Rissen besät, und zwar mindestens so lange, als man sich unbegreiflicherweise und immer wieder der abscheulichen Seife und des ungeeigneten Waschwassers bedient und nicht für den gehörigen Schutz der Haut gegen den Einfluß der kalten Luft sorgt.

Der Trockenheit der Haut, also der spärlichen oder ganz fehlenden Fettabsonderung liegen sehr verschiedene Ursachen zu Grunde. Entweder tritt sie auf in Begleitung verschiedener Hautkrankheiten akuter oder chronischer Art und stellt in diesem Fall eine nebensächliche Erscheinung vor, welche samt der Hautkrankheit von einem Spezialarzt für Hautkrankheiten zu behandeln ist, oder sie ist als ein örtliches Leiden anzusehen, sei es infolge andauernd einwirkender örtlicher Schädlichkeiten, sei es als Begleiterscheinung von konstitutionellen Zuständen, wie z. B. der Blutarmut. Bei der Besprechung der Knäueldrüsen wurde schon hervorgehoben, daß sie ihr Material zur Bereitung des Hautfettes aus dem sie eng umspinnenden Netz feinster Blutgefäße beziehen. Je reicher der Blutzufluß zu diesem Gefäßnetz und je stärker der Blutandrang zur Haut ist, desto reichlichere Mengen von Hautschmiere werden gebildet und umgekehrt. Daher rührt die Erscheinung, daß jede Haut im Winter weit trockener ist als im Sommer, wo eine sehr reichliche Blutzufuhr zur Haut stattfindet, und daß Gesichter, die im Sommer vor Fett förmlich glänzen, im Winter kaum Anlaß zu Klagen geben. Gutgenährte, zu Fettansatz geneigte Personen haben deshalb in dieser Hinsicht ihre böse Jahreszeit

im Sommer (wegen zu reichlicher Einölung der Haut), ihre gute im Winter. Magere und Blutarme haben ihre böse Zeit dagegen im Winter, wo ihnen wegen zu geringer Fettbildung die Haut an Gesicht und Händen leicht aufspringt. Unter den inneren Ursachen für die mangelhafte Talgbildung spielt nämlich die allgemeine Blutarmut des Körpers, wie sie sich zeigt bei der Bleichsucht, bei der Blutarmut der späteren Jahre, besonders aber des Greisenalters, ferner bei akuten fieberhaften oder schweren, langdauernden, die Ernährung beeinträchtigenden Krankheiten aller Art eine große Rolle, weil sie zu allgemeiner Blutarmut und Abmagerung der Haut und dadurch zu Blässe und Trockenheit derselben Veranlassung giebt. Die Winterkälte steigert natürlich diese Blutleere der Haut und damit ihre Armut an natürlichem Fett. Die Hände leiden an Sprödigkeit und Trockenheit weit mehr als das Gesicht und pflegen bei vielen schon mit dem Eintritt des Winters oder bei herrschendem Ostwind im Herbst oder Frühjahr trocken und schmerzhaft zu werden und aufzuspringen, selbst wenn ihre Besitzer gar nicht ins Freie hinauskommen. Das Gesicht ist diesem Übel viel weniger unterworfen, obwohl es der Einwirkung von Luft und Winterkälte weit mehr ausgesetzt ist.

Die scharfe, schon bei früherer Gelegenheit eingehend besprochene Seife beraubt durch ihren Überschuß an Soda nicht nur die Haut ihres so notwendigen Fettüberzuges, sondern sie greift vielmehr auch die Oberhaut selber an, indem sie dieselbe trocken und rissig macht. Durch gewohnheitsmäßiges Waschen mit derartiger Seife gerät selbst eine an sich völlig hinreichend eingefettete Haut in dieselbe üble Lage, wie eine von Natur trockene. Besonders die Köchinnen zeichnen sich aus durch diese Art Sprödigkeit. Die Finger und die innere Handfläche sehen schwarzgrau aus. In den unzähligen tiefen Rissen der grauen, trockenen und zerklüfteten Oberhaut siedelt sich neben dem Ruß von den schwarzen Töpfen noch allerlei anderer Schmutz an, und zwar so fest, daß kein Waschen ihn

entfernt. Aber gerade die Köchinnen waschen sich viel und mit Vorliebe mit den schärfsten Seifen und Soda, weil sie besser „angreifen". Leider greifen sie aber die Haut noch mehr an als den Schmutz und zerfressen und zerklüften immer von neuem die Oberhaut. Diese Hände lassen sich dann auch gar nicht ordentlich abtrocknen, weil das Handtuch in die Risse nicht hineindringen kann und die mangelhafte Abtrocknung begünstigt nun wiederum das weitere Aufspringen der Haut; denn feuchte Hände sind infolge der Verdunstung immer kälter und also blutleerer als trockene, und den Blutmangel lernten wir als Ursache der Sprödigkeit der Haut bereits kennen. An solchen unschönen Küchenhänden leidet auch manche fleißige Hausfrau, die das Kochen selber besorgt. Je schlechter die Hände werden, desto eifriger wäscht sie sich mit der Küchenseife und Soda; „es würde ja auch viel zu teuer werden", wollte sie sich mit guter, milder Seife waschen. Das ist aber nur scheinbar der Fall. Jeder, der einen Versuch von einiger Ausdauer z. B. mit einer „überfetteten" Stückseife oder mit flüssiger Glycerinseife macht, wird über die Wirkungen überrascht sein.

Außer dem Genannten wäre noch manches andere als Grund für die Trockenheit und Sprödigkeit der Haut zu nennen: nicht bloß die Kälte und kalte Winde, sondern aller jähe Temperaturwechsel, hochtemperierte trockene Stubenluft (Luftheizung), Wechsel zwischen heißem und kaltem Wasser, häufiges Waschen mit kölnischem Wasser oder dergl., das ebenso sehr durch die Verdunstungskälte, wie durch seine direkt fettentziehende Wirkung einen ungünstigen Einfluß ausübt. Wegen ihrer austrocknenden Wirkung auf die Haut dürfen hier auch die verschiedenen Schminkmittel nicht vergessen werden: Zinkweiß, Bleiweiß, Wismutweiß und Zinnober (in roten Schminken). Oft treffen auch mehrere Ursachen zusammen, um die Haut spröde zu machen, ein Umstand, der bei den Maßregeln zur Beseitigung des Übels wohl berücksichtigt sein will.

Die Heilung oder wenigstens palliative Abhilfe des in

Rede stehenden Zustandes der Haut wird sich ebenso verschieden gestalten müssen, wie die Ursachen des Leidens selbst schon sind. Wo es Begleiterscheinung einer ernsten Hauterkrankung ist, oder wo es infolge innerer Ursachen auftritt, handelt es sich natürlich vor allem um die Beseitigung des Grundleidens durch den Arzt. Bleichsüchtige, Rekonvaleszenten und überhaupt Blutarme werden, soweit die Sprödigkeit ihrer Haut von ihrem Gesamtzustande abhängig ist, erst nach einer durchgreifenden Auffrischung und Kräftigung ihrer Konstitution an eine endgültige Verbesserung ihrer trockenen spröden Haut denken können.

Im übrigen giebt es aber doch für Leute mit sparsamer Fettbildung verschiedene Verhaltungsmaßregeln, welche zum Teil darauf hinauslaufen, den Blutreichtum der Haut und die Thätigkeit der Fettdrüsen möglichst vor Beeinträchtigung zu schützen, zum Teil das mangelnde Hautfett künstlich zu ersetzen. Die Hauptsache bleibt hier wie überall, das M e i d e n s c h ä d l i c h e r E i n f l ü s s e: Vermeidung sowohl zu heißer, trockener Zimmerluft, häufigen jähen Temperaturwechsels (z. B. Erhitzung vor dem Herd und sofort folgendes Hinausgehen in Wind und Winterkälte), als auch der Kälte des Wassers und des trockenen Ostwindes überhaupt. Zu dieser Vermeidung der Kälte gehört auch die Sorge für gute Erwärmung der Hände. An Sprödigkeit der Haut Leidende müssen im Winter stets P u l s w ä r m e r tragen und im Freien g u t w ä r m e n d e H a n d s c h u h e, am besten Fausthandschuhe, um der Hand die nötige Wärme und damit den zur Fettbildung erforderlichen Blutreichtum zu sichern.

Der schwierigste Punkt bleibt immer der aus Reinlichkeitsrücksichten unvermeidliche G e b r a u c h v o n W a s s e r u n d S e i f e. Wer Anlage zur Sprödigkeit der Haut zeigt, muß die größte Sorgfalt auf sein Waschwasser verwenden. Er muß nie kaltes, sondern mindestens l a u e s w e i c h e s W a s s e r zum Waschen b e n ü t z e n, vor allem Regenwasser (dann aber auch Fluß- oder Teichwasser); alles andere ist vom Übel. Wo nur hartes Wasser zu haben ist, da darf man nur abgekochtes Wasser zum

Waschen verwenden, oder man macht es wie die Gärtner, welche hartes Wasser dadurch weich machen, daß sie dasselbe längere Zeit in großen Tonnen im Freien stehen lassen. Allenfalls kann man hartes Wasser auch durch einen kleinen Zusatz von doppelkohlensaurem Natron etwas verbessern. Gleich große Vorsicht erfordert die Temperatur des Wassers, denn heißes Wasser wirkt genau so ungünstig ein auf die Haut, wie kaltes, indem es die Fettdrüsen reizt, das vorhandene Fett zuerst durch seine Wärme verflüssigt, um es dann mit Hilfe der Seife gründlich zu entfernen. Also weder kaltes noch heißes Wasser! Das Beste ist gutes warmes Wasser.

Besondere Aufmerksamkeit gebührt aber in jedem Fall dem Abtrocknen nach dem Waschen, weil die an mangelhaft abgetrockneter Haut sich einstellende Verdunstungskälte einen höchst ungünstigen Einfluß geltend zu machen pflegt. Namentlich für die täglich so oft gewaschenen Hände hat das sorgfältige Abtrocknen eine große Bedeutung, und die Beschaffenheit wirklich guter Handtücher gehört zu den ersten Erfordernissen einer richtigen Hautpflege. Man findet in vielen Hausständen außerordentlich „feine" Handtücher, auf deren Feinheit sich die Hausfrau noch etwas besonderes zu gute thut, obgleich sie selbst täglich Gelegenheit hat, die Erfahrung zu machen, daß es ein wirkliches Kunststück ist, sich vollkommen damit abzutrocknen, weil sie bei der Berührung mit einer nassen Hand sofort triefend naß werden und bei öfterer Benützung am Tage überhaupt nie trocken sind. So fein und schön sie sein mögen, als Handtücher sind sie schlecht und unbrauchbar. Ein gutes Handtuch muß im stande sein, schnell und viel Wasser von der Haut aufzunehmen, ohne selbst naß dabei zu erscheinen, also aus dickem kräftigem Gewebe bestehen, was zugleich die Annehmlichkeit gewährt, daß man die Haut gleichzeitig trocken und warm zu reiben im stande ist. Schon das eigene Gefühl giebt den richtigen Fingerzeig, was das beste sei. Man vergleiche nur das wohlthuende Gefühl von behaglicher

Trockenheit und Wärme mit jenem unbehaglichen naßkalten Frösteln, das dem Abtrocknen mit den modernen Handtüchern zu folgen pflegt.

Seitdem Professor Liebig bei irgend einer Gelegenheit einmal den Ausspruch gethan hat, daß die Seife ein Maßstab sei für den Wohlstand und die Kultur der Staaten, ist es gewagt, etwas gegen die Seife zu sagen, obgleich es ja auf der Hand liegt, daß dieser Satz in solcher Allgemeinheit, wie er gewöhnlich angewendet wird, einer Phrase so ähnlich sieht, wie ein Ei dem andern. Man braucht, um ganz zu schweigen von den Griechen und Römern, welche die Seife kaum anders als dem Namen nach kannten und dennoch zu den wohlhabendsten und zivilisiertesten Völkern gezählt zu werden pflegen, nur Englands zu gedenken, dessen beispiellose Massenarmut und Unkultur, die seinem Reichtum sozusagen an den Rockschößen hängt, nicht im mindesten dadurch geändert worden ist, daß es sich — nach der Kopfzahl berechnet — des größten Seifenverbrauchs rühmt.

Trotz dieses Liebigschen Lobspruchs läßt sich nun einmal die Thatsache nicht wegleugnen, daß die heutige, zumeist auf kaltem Wege hergestellte Toiletteseife gewöhnlich freies Ätznatron oder auch Soda enthält, welche ätzend und reizend auf die Haut wirken. Der Kosmetiker muß deshalb alle zu Sprödigkeit und Trockenheit der Haut Neigenden dringend vor dem Gebrauch dieser Seifen warnen, weil alle übrigen Mittel und Maßregeln gegen diese Trockenheit vergeblich sein müßten, solange der Gebrauch solcher Seifen als veranlassende Ursache andauernd einwirkt. Das natürlichste ist in solchem Fall der Ersatz der schlechten Seife durch eine gute. Das ist freilich leichter gesagt als gethan, da die Untersuchung einer Seife auf ihre Güte nicht jedermanns Ding, andererseits aber auch nicht jedermanns Geschmack ist. Um sicher zu gehen, verzichtet man daher am besten auf parfümierte Seifen und schafft sich entweder die echte oben (S. 57) erwähnte zwar wenig schäumende Marseiller

Seife oder eins der unten angeführten Waschpulver an, oder man besorgt sich die sehr angenehm waschende und reichlich schäumende flüssige Glycerinseife von Sarg und Sohn in Wien oder einem anderen zuverlässigen Fabrikanten (Nr. 30); alle sind durchaus neutral (d. h. frei von überschüssigem Ätznatron) und werden von den allermeisten sehr gut vertragen. Aber es ist merkwürdig, wie schwer sich viele zu dem Gebrauch dieser Seifen entschließen können. Sie ist vielen angeblich „zu teuer“, obgleich die gute Seife im Gebrauch sehr viel sparsamer ist, als die schlechte und vermeintlich billige; um eine Kleinigkeit an der Seife zu sparen, geben sie dann oft viele Thaler aus für alle möglichen Toilettemittel gegen spröde Hände. Und doch ist alles das umsonst, solange die billige oder vielmehr altgewohnte schlechte Seife (die teuren Seifen sind nämlich oft kaum besser als die billigen) täglich von neuem die Haut anätzt und rauh macht.

Es gehört auch gar nicht viel Erfahrung dazu, um zu der Überzeugung zu gelangen, daß die weit überwiegende Zahl der Fälle von Rauhigkeit und Rissigkeit der Haut einzig und allein auf die Rechnung der zu scharfen Seife zu setzen ist. Hierher gehören auch jene Hände, von denen ihre Besitzer zu sagen und zu klagen pflegen: „Ich mag sie waschen so oft und so rein wie ich will, immer sind sie gleich wieder schmutzig.“ Bei der Untersuchung der Hände bemerkt man jenen geringfügigsten Grad von Trockenheit, der sich kundgiebt durch eine spärliche, ganz feinblätterige Abschilfung an einzelnen Stellen (Nagelfalzrand), und namentlich durch die Eigenschaft, sehr leicht Schmutz anzunehmen. Besonders im Winter kann man diese Klage über „die schmutzigen Hände“ häufig vernehmen. Auch sie gehören zu den „Opfern“ der Seife und werden, wie überhaupt die allermeisten rauhen Hände, glatt und geschmeidig, sobald sie nicht mehr mit schlechter Seife in Berührung kommen. Es giebt Leute mit so empfindlicher Haut, daß sie überhaupt keine Seife vertragen und deshalb genötigt sind, an einen

Ersatz derselben durch eines der unendlich zahlreichen Waschmittel zu denken. Es ist unmöglich, freilich auch nicht nötig, alle diese Mittel hier aufzuzählen, da es sich immer wieder um dieselben Grundsubstanzen handelt, die sich nur durch ihre verschiedene Zusammenstellung, Parfümierung, größeren oder geringeren Aufwand in der Ausstattung, mehr oder minder abenteuerliche Benennung und dergleichen von einander unterscheiden. Die Hauptsache bleibt immer, daß man die in Anwendung gebrachten Mittel ihrer Zusammensetzung nach kennt, um sicher zu sein, daß man wirklich nur unschädliche in Gebrauch nimmt, und solche, wovon man ihren Bestandteilen nach die gewünschte Wirkung erwarten darf, und anderseits, daß man sich von der Zuverlässigkeit des betreffenden Fabrikanten auf irgend eine Art zu überzeugen sucht, wenn man sich die Sache nicht selbst herstellt, was ja nur zum kleinen Teil möglich ist. Denn so sonderbar es klingen mag, es werden manche derartige Teintmittel in den Handel gebracht, welche, weit entfernt, die verheißenen Wirkungen zu gewähren, wegen ihres Gehaltes an reizenden oder giftigen Substanzen direkt schädlich sind. Daß dem so ist, liegt zum Teil an der Unwissenheit, teils an der Gewissenlosigkeit der Fabrikanten, die sich von jeder Kontrolle frei wissen, da das Publikum ja ohne alles Urteil in solchen Dingen ist.

Der Seife am nächsten stehen unter diesen Mitteln diejenigen, zu deren Bereitung nur ein kleiner Teil Seife gebraucht wird. Dahin gehört zunächst die vielgebrauchte „präparierte Mandelkleie“ (Nr. 2). Die süße wie die bittere Mandel sind von alters her als milde und schmeidigende Teintmittel sehr beliebt, doch macht der Gehalt der bitteren Mandel an Blausäure große Vorsicht im Gebrauch zur Pflicht. Die Mandelkleie, so nennt man die gepulverten durch Pressen von ihrem Öl befreiten süßen (resp. bitteren) Mandeln, wird entweder für sich allein oder zusammen mit anderen Mitteln, als Veilchenwurzel, Benzoetinktur, Borax, Weizenmehl, Seife u. s. w. in

Form von Waschflüssigkeit oder Pulver verwendet. Unter dem Namen „präparierte Mandelkleie" also erhält man in den Apotheken ein zum sechsten Teil aus Kernseife bestehendes Waschpulver, welches als Waschmittel ob seiner milden Wirkung alle Empfehlung verdient in Fällen, wo auch die „gesundeste" Seife nicht vertragen wird. Das englische „Cosmetic Powder" hat eine ganz ähnliche Zusammensetzung. Außerdem gehören hierher einige Seifenpräparate von verschieden starkem Seifengehalt, deren Zusammensetzung der Anhang zeigt. Das „Seifenpulver" (Nr. 31) hat neben einem sehr geringen Gehalt an Seife einen Zusatz von Borax, einer wegen ihrer milden ausgesprochen antiseptischen, die Haut nicht reizenden Eigenschaften, vielgebrauchten Substanz. Die fertig käuflichen Seifenpulver sind gelegentlich durch Gips, Talk, Mehl, Kreide rc. verfälscht, weshalb man dergleichen nur von einem als solide bekannten Fabrikanten beziehen sollte, wenn man nicht vorzieht, an der Hand der im Anhang mitgeteilten Rezepte sich die Sachen von der Apotheke zu holen, oder gleich dort herstellen zu lassen. Die „kosmetischen Seifenkugeln", „Savonettes à la Bergamotte" (Nr. 32), enthalten wieder ganz bedeutend mehr Seife als die präparierte Mandelkleie und dazu Benzoetinktur, der wir noch öfter begegnen werden als einem Mittel, welches der Haut einen frischen, weißen Teint verschafft. Ein sehr einfaches, hierhergehörendes Mittel, das sich jeder selbst herstellen kann, besteht in einer Mischung von gleichen Teilen gepulverter Marseiller Seife und feinem Weizenmehl (feinstes Reismehl). Man schabt die Seife (reichlich 100 Gramm) in ganz feine Spähne, dörrt sie einige Tage auf dem Ofen gut aus, zerstößt sie im Mörser zu Pulver und vermischt sie mit dem gleichen Gewicht Weizenmehl, dem man einige Tropfen wohlriechender Öle und Benzoetinktur zugesetzt hat. Das Ganze wird zu einem gleichmäßigen Pulver verrührt (Nr. 33). Man kann die Seife auch gänzlich fortlassen, falls sie nicht vertragen wird. Das bekannte „Violet Powder" (Nr. 34) ist eigentlich nichts

weiter als ein parfümiertes Mehl, wird aber trotzdem sehr teuer bezahlt. Sehr beliebt ist auch als Waschpulver die Mandelkleie mit einem Zusatz von Borax und dem nötigen Parfüm, das „Mandelpulver“ (Nr. 35). Das „Poudre d'amandes aromatisé“ (Nr. 36) besteht der Hauptsache nach aus Mandelkleie. — Ein einfaches und leicht herzustellendes Hausmittel besteht aus frischem Reiswasser (Reismehl in Regenwasser aufgekocht) oder Weißbrot in Regenwasser aufgeweicht, das ganz gute Dienste thut, namentlich wenn man diesem Fabrikat etwas Kampferspiritus, Benzoetinktur oder Glycerin nach dem Erkalten zusetzt.

Vielfach sind auch Emulsionen oder Emulsinen in Gebrauch; ihre Herstellung ist aber mit soviel technischen Schwierigkeiten verknüpft, daß Privatleute sich vergeblich damit befassen würden, und dabei ist ihre Haltbarkeit nur eine geringe. Die hieher gehörigen Toilettemittel sind jedoch so beliebt, daß wenigstens einige derselben, der Vollständigkeit wegen, hier aufgezählt werden sollen.

Dahin gehören von Emulsinen, die erst beim Gebrauch durch das Vermischen mit Wasser zu Emulsionen werden, der „Mandelteig“ (Nr. 26) und „Glycerin-Creme“ (Nr. 29), „Crême de beauté“ (Nr. 24), von Emulsionen die „Rosenmilch“ (Nr. 27) und „Bittermandelmilch“ (Nr. 28).

Wo die Haut nicht durch die Einwirkung äußerer Einflüsse, also wie in dem eben besprochenen Falle durch Wasser und Seife trocken und rissig geworden ist, sondern wo die Trockenheit und Sprödigkeit auf mangelhafter, unzureichender Bildung von Hautfett beruht, und dann natürlich gleichfalls zum winterlichen Aufspringen der Hände führt, ist wohl auch große Vorsicht beim Gebrauch der Seife, eventuell ihr Ersatz durch eins der genannten Waschpulver erforderlich, aber hier handelt es sich doch hauptsächlich um den künstlichen Ersatz der natürlichen Einfettung. Und wiederum werden auch diejenigen, die sich ihre Haut durch Seifen oder anderes künstlich ausgedörrt haben, diese Einfettung nicht gut entbehren

können, da man auf diese Weise dem Übel am wirksamsten begegnen kann. Die besten Mittel für diesen Zweck sind festere Fette, weil sie nicht so leicht fortzuwaschen sind, wie die weicheren Fette, Butter, Schweineschmalz, Öl.

Vorzüglich geeignet zu dem Zweck ist das Wallratcerat (Nr. 6), das man sich leicht selber herstellen kann durch Zusammenschmelzen von je 2 Teilen Wallrat und weißem Wachs mit 3 Teilen Mandelöl, oder auch eine der roten Lippenpomade entsprechende Mischung (Nr. 7). Damit bestreicht man abends unter tüchtigem Reiben die spröden aufgesprungenen Hände und wird Heilung erzielen, wenn nicht die alten Schädlichkeiten immer wieder von neuem einwirken. — In demselben Sinne ist auch das Lanolin sehr zu empfehlen, das in jeder Apotheke zu haben ist. Man schmilzt es zusammen mit der Hälfte Schmalz.

Im Publikum ist das Glycerin ein sehr beliebtes Mittel. Dasselbe gehört zu denjenigen Stoffen, welche begierig Wasser aufnehmen, wo sie es finden. Diese Eigenschaft verleugnet es auch nicht, wenn man es auf die Haut bringt. Es entzieht derselben nämlich ebenfalls Wasser unter dem bekannten schmerzhaften Brennen, das beim Eindringen in die Hautrisse auftritt. Auf gesunder Haut macht natürlich das Glycerin nicht die mindesten Schmerzen, weil es durch die gesunde Oberhaut nicht hindurch dringen kann. Die die Haut reizende Wirkung des unverdünnten Glycerins kann man, ohne seine Wirkung zu beeinträchtigen, bedeutend mildern durch Zusatz etwa des vierten Teiles Orangenblütwasser und eines passenden Parfüms, wie bei dem „Hautglycerin“ (Nr. 37). Statt dessen kann man auch das „Glycerinwaschwasser“ (Nr. 38) anwenden, das zu den besseren kosmetischen Waschwassern zählt.

Außer den obengenannten einfachen Fettmischungen seien hier noch zwei andere angeführt, die demselben Zweck dienen, wegen ihres schönen Parfüms aber doch von manchem vorgezogen werden dürften: eine parfümierte Kakaobutterpomade (Nr. 40) und die frühere sogenannte Rosenpomade, eine nach

dem Prinzip der Kühlsalben oder Coldcreams (mit Rosenwasser) bereitete Salbe (Nr. 41). Letztere empfiehlt sich wegen ihrer angenehmen kühlenden Wirkung besonders in jenen Fällen, wo die rissigen Teile rot und heiß und der Kühlung bedürftig sind. Einen noch größeren Gehalt an Wasser zeigt der englische Coldcream (Nr. 42). Wegen seines Wassergehaltes, der die Haltbarkeit der Salbe allerdings nicht gerade fördert, ist dieser Coldcream ebenso wie die sogenannte Rosenpomade von ärztlicher wie von pharmazeutischer Seite wegen seiner unchemischen Zusammensetzung als „unsinnig" sehr stark angefochten worden. Und doch dürfte es gerade der Wassergehalt sein, welcher (durch seine Verdunstungskälte) dem Coldcream (dem „kalten Creme") seine angenehmen kühlenden Eigenschaften verleiht und ihm die Welt erobert hat. Im Grunde ist aber der Coldcream selber wieder nichts anderes, als das schon über tausend Jahre alte „Ceratum Galeni" (Galenische Wachssalbe, Rosenpomade, Nr. 41). Alle „Kühlsalben" (auch die Bleisalbe und die frühere Zinksalbe), die das Volk gebraucht und mit außerordentlicher Zähigkeit festhält, zeichnen sich durch ihren Gehalt an Wasser aus. Bei der Wichtigkeit des Gegenstandes mag außer der englischen Coldcreamvorschrift (Nr. 42) auch die deutsche (Nr. 43) hier ihren Platz finden, welche bei ihrem geringeren Wassergehalt der technischen Herstellung weniger Schwierigkeiten in den Weg legt. Ein noch viel größerer Wassergehalt läßt sich der Salbe einverleiben, wenn man ihr etwa den fünften Teil Lanolin zusetzt. So kann sich jeder, der echten Coldcream — unter dem Namen Coldcream werden eben auch wasserlose Salben verkauft — zu benutzen wünscht, denselben herstellen lassen.

Die Hauptsache bleibt es immer, die Ursachen der Trockenheit und Sprödigkeit richtig zu würdigen. Alle die genannten Mittel vermögen erst dann ihre volle Heilwirkung zu entfalten und auch die Sprödigkeit dauernd zu verhüten, wenn die schädlichen Ursachen selbst nach Möglichkeit gemieden werden. Soweit sie Fett enthalten, darf man sie nicht gar zu reichlich

verwenden, d. h. man muß sie bei jedesmaliger Anwendung gut auf der Haut verreiben und die Hände mit einem weichen Leintuch wieder ganz sanft abwischen, um ein Übermaß von Fett zu vermeiden. Daneben muß man dann zum Abwaschen eine neutrale Seife oder ein Seifenpulver gebrauchen, um von Zeit zu Zeit die Haut von dem auflagernden Fett zu befreien, sonst könnte dasselbe ranzig und sauer und zu einer Quelle neuer Leiden werden.

---

9. Warzen.

Unter Warzen versteht man kleine stecknadelknopf- bis erbsengroße drusig-höckerige Auswüchse oder Erhabenheiten der Haut. Im einzelnen zeigen die Warzen eine unendliche Verschiedenheit. Sie können so geringen Umfang haben und so wenig über die Oberfläche hervorragen, daß man sie nur des charakteristischen Aussehens der betreffenden Hautstellen wegen für Warzen erklärt. Sie können so farblos sein, daß sie sich durch ihre Farbe von ihrer Umgebung durchaus nicht abheben, aber auch alle Farben durch braun oder rot hindurch ins Schwarze zeigen. Letztere sind, wenn sie bei alten Leuten im Gesicht auftreten, gefürchtet, weil die Erfahrung lehrt, daß sich aus diesen farbstoffhaltigen Warzen öfter Gesichtskrebs entwickelt. Die Warzen können eine völlig glatte Oberfläche besitzen, wie man solche an zarteren Hautstellen, vorwiegend im Gesicht findet; diese weichen Warzen, welche häufig am Grunde dünner sind als an der Spitze, so daß sie eine fast knopf- oder keulenförmige Gestalt haben, zählen eigentlich nicht zu den echten Warzen, da an ihrem Aufbau die gesunde Haut in ganzer Dicke und unter gleichmäßiger Beteiligung aller Gewebsschichten teilnimmt. Ebenso können auch die echten Warzen an ihrer Oberfläche ganz glatt erscheinen, zeigen dann aber hier stets

eine Zeichnung und Härte, welche sofort erkennen läßt, daß sie genau ebenso zusammengesetzt sind, wie jene zerklüfteten zottigen Warzengebilde, welche einem aus kolossalen Borsten bestehenden Miniaturbesen gleichen.

Viel genauer als über die zur Zeit noch völlig rätselhafte Ursache der Entstehung der Warzen ist man unterrichtet über ihren inneren Aufbau. Sie bestehen aus den im ersten Kapitel bereits geschilderten kleinen Hautpapillen, welche sich gruppenweise ins Kolossale vergrößert und mit ebenfalls außerordentlich verdickter Oberhaut bedeckt zeigen. Der Umfang der Warzen richtet sich allein nach der Zahl der Papillen, welche an dieser Wucherung teilnehmen. Meist treten die Warzen vereinzelt auf; ihr Wachstum ist ein langsames und sie bleiben einen großen Teil des Lebens unverändert bestehen; verhältnismäßig oft verschwinden sie dann aber auch „von selbst", d. h. also ohne erkennbare Ursache, entweder allmählich oder ziemlich plötzlich, indem sie vertrocknen und dann abfallen. Zuweilen tritt an den Händen, überhaupt dem häufigsten Sitze der Warzen, urplötzlich eine große Zahl derselben auf, bei Kindern sowohl wie bei Erwachsenen, eine Erscheinung, welche die Warzen in den Ruf gebracht hat, „ansteckend" zu sein. Es wird richtiger sein, die Ursache für das gleichzeitige Auftreten zahlreicher Warzen in konstitutionellen Verhältnissen zu suchen, da man dieselben durch Darreichung innerer Mittel häufig zum Schwinden bringen kann, wenn sie nicht, was auch vorkommt, nach Verlauf von einigen Monaten ebenso plötzlich und ganz „von selbst" verschwinden, wie sie aufgetaucht sind.

Einen namhaften Teil der Warzen kann man ohne Anwendung äußerer Hilfsmittel allein durch innere Mittel entfernen und die plötzlich und in großer Zahl auftretenden Warzen pflegen ein sehr dankbarer Gegenstand dieser Art Behandlung zu sein. Das beste in dieser Beziehung ist die weiße Magnesia, von der man abends und morgens etwa einen halben Theelöffel voll in Wasser eingerührt längere Zeit hindurch

nehmen muß. Es giebt nichts, was sicherer und zugleich auf so rätselhafte Weise die Warzen zum Schwinden bringt wie dies Mittel, dessen Wirkung man zuweilen beiläufig zu beobachten Gelegenheit hat, wenn man es Magenleidende längere Zeit hat nehmen lassen. Die Warzen blättern allmählich ab und verschwinden, wozu allerdings manchmal 6 bis 8 Wochen ununterbrochener Anwendung gehören, aber dabei besitzt es auch den großen Vorzug, das am wenigsten unangenehme Mittel zur Vertreibung der Warzen zu sein.

Von den äußeren Mitteln möchten vor allem einige milder wirkende zu empfehlen sein, welche ohne jeglichen Schmerz allmählich die Warzen zum Schwinden bringen. Dahin gehört das lange fortgesetzte kräftige Bestreichen der Warze mit Kreide, jedesmal nach dem Waschen, zu welchem Zweck man ein Stück ganz gewöhnlicher Kreide auf den Waschtisch postiert. Statt der Kreide kann man genau ebenso ein Stück angefeuchteten Salmiaks (also nicht „Salmiakgeist“) verwenden, womit morgens und abends nach dem Waschen die Warze bestrichen wird.

Falls diesen unzweifelhaft sehr milden Mitteln eine Warze erfolgreichen Widerstand geleistet haben sollte, was wohl öfter geschieht, so greift man zu der etwas energischer wirkenden Spanischfliegentinktur, mit der man mehrmals täglich nach dem Waschen die Warze ganz wenig einpinselt. Nach und nach wird sie weicher, zuweilen auch etwas schmerzhaft, verschwindet aber allmählich, ohne daß es zur Abstoßung oder zur Hinterlassung einer Narbe käme.

Das Wegätzen der Warzen mit starken Mineralsäuren (rauchende Salpetersäure, Scheidewasser, Schwefelsäure) ist ein höchst unzweckmäßiges und barbarisches Verfahren, ebenso das Ätzen mit Höllenstein. Es nimmt sich aus, als wollte jemand mit Kanonen auf die Hasenjagd gehen. Das Verfahren ist schmerzhaft, führt durchaus nicht schneller zum Ziel, zerfrißt die Kleidungsstücke, wenn ein unvorsichtiges Tröpfchen sich darauf verirrt, und hinterläßt oft häßliche weiße Narben, die

fast entstellender aussehen, als die Warzen; bietet also nicht die mindesten Vorteile vor jenen harmlosen Mitteln, sondern nur Nachteile. — Wenn es auf einen kleinen Schmerz nicht ankommt, kann man sich auf eine sehr einfache Art von Warzen befreien, durch einen schnell ausgeführten kräftigen Schnitt mit einer scharfen Schere. Die kleine Blutung wird leicht gestillt durch einige Minuten fortgesetztes festes Aufdrücken von etwas Feuerschwamm oder Wundwatte. — Eine schmerzlosere Art der Befreiung von Warzen besteht in folgendem: man sticht eine gewöhnliche, nicht zu dicke Steck- oder Nähnadel nahe dem Grunde der Warze quer durch dieselbe hindurch, aber ohne die gesunde Haut zu verletzen, und erhitzt nun in einer Kerzenflamme die Nadel so lange, bis man die Hitze der Nadel fühlt. Die Warze wird dabei weiß, bricht auseinander und verschwindet sehr bald. Man kann nach dieser kleinen Operation oft die interessante Beobachtung machen, daß danach sämtliche anderen, etwa noch an derselben Hand befindlichen Warzen in der nächsten Zeit von selber verschwinden.

Für furchtsame Gemüter, die vor Feuer und Eisen den gleichen Abscheu haben, bleibt endlich noch das Abbinden übrig, das sich aber nur bei deutlich über die Haut hervorragenden Warzen zur Anwendung bringen läßt. Nach vorgängiger Erweichung der Warze durch warmes Wasser und Wegkratzung des umgebenden, harten Epidermisrandes mit einem Federmesser legt man möglichst tief am Grunde der Warze eine einfache Schlinge aus sehr starkem Zwirn, oder recht dünnem Bindfaden um dieselbe und zieht nun die Schlinge, sobald sie gut und sicher an der richtigen Stelle liegt, mit einem schnellen und energischen Zuge zu. Entweder entfernt man dadurch sofort die Warze, oder wenn sie zu hart ist, als daß der Faden sofort durchschneiden könnte, so wird sie doch, wenn man die Schlinge fest zugeknotet hat, nach kurzer Zeit vertrocknet abfallen. — Ganz schmerzlos lassen sich die Warzen ferner durch den elektrischen Strom (Elektrolyse) beseitigen.

Mit dem Vertreiben der Warzen wird im Volk ein arger Spuk von „Sympathie" und „Besprechen" getrieben durch Berührung einer Warze mit einer Leichenhand, durch kreuzweises Darüberlegen zweier blauer Seidenbändchen, die beim Mondschein an irgend einem schauerlichen Ort vergraben werden, oder Berühren mit einer durchschnittenen Zwiebel, die dann wieder zusammengebunden und darauf gleichfalls vergraben wird.

Zur Erklärung dieser im Volk geglaubten „Thatsachen" muß man vielleicht auf einen noch unbekannten Einfluß des Nervensystems zurückgreifen, worauf ja manches hinzudeuten scheint, wie das plötzliche gruppenweise Auftreten einer ganzen Schar von Warzen, zuweilen direkt im Anschluß an den Verlauf eines Nervenstammes, das Aufschießen der Warzen in offenbarer Abhängigkeit von Zuständen des Magens oder anderer Organe, das plötzliche Verschwinden der Warzen, sowohl einzelner seit lange bestehender, als auch der gruppenweise seit kurzer Zeit erst aufgetretenen.

Sehr häufig, wenn nicht immer, spielt aber auch offenbare Täuschung eine Rolle, indem die Warzen auch ohne den faulen Zauber des Besprechens verschwunden wären. Das volkstümliche Besprechen pflegt merkwürdigerweise nur zu „helfen" und auch nur angewandt zu werden bei solchen Krankheiten und Zuständen (Kopfrose, Warzen, Blutungen, Unterleibsbrüchen kleiner Kinder u. s. w.), welche der kühler denkende und kritischer beobachtende Arzt unendlich oft „von selbst" und ohne jegliches Zuthun von irgend welcher Seite zur Heilung gelangen sieht.

---

10. Hühneraugen, Leichdörner und Ballen.

Das Hühnerauge, diese Unzähligen nur zu wohl bekannte Plage, ist im Grunde weiter nichts als eine Schwiele, mit der

es fast alle Eigenschaften gemein hat. Eine Schwiele entsteht an jeder beliebigen Stelle der Haut, welche lange Zeit hindurch einem oft wiederholten oder lange dauernden Druck ausgesetzt ist. Wie schon im ersten Kapitel (S. 4) des Näheren auseinandergesetzt wurde, besteht die Schwiele und ebenso das Hühnerauge aus der um das 10—20fache verdickten und verhornten Oberhaut. Das Hühnerauge unterscheidet sich nun von einer Hautschwiele, die ja niemals Schmerzen verursacht, wenn sie auch noch so groß und dick ist, durch seine runde Gestalt, seine in geringeren Grenzen schwankende Größe, seinen zentralen schwarzen Punkt, der dem ganzen eine gewisse Ähnlichkeit mit einem Auge verleiht, und durch seine zuweilen unerträgliche Schmerzhaftigkeit. Die Entstehungsgeschichte beider ist im Anfang so ziemlich dieselbe und das Hühnerauge läßt sich zu Beginn seiner Laufbahn von einer kleinen Schwiele kaum unterscheiden. Wo ein dickes Fettpolster die Haut von dem darunter liegenden Knochen trennt, kommt es zur Bildung von Schwielen, wo aber, wie am Rande der Gelenkflächen der kleinen Zehenknochen, unmittelbar unter der Haut liegende spitze Knochenkanten die von unten her durch kein Fettpolster geschützte Haut unmittelbar gegen das Oberleder des Stiefels pressen, entstehen Hühneraugen, weil hier die Knochenspitze auf eine ganz kleine, eng umschriebene Hautstelle einen sehr viel höheren Druck ausübt. An der am stärksten gedrückten Stelle wird die verhornte Oberhaut auch am härtesten, und markiert sich in der Folge als der schwarze Punkt des Leichdorns.

Andererseits veranlaßt der Reiz des starken Drucks auch wieder eine bedeutend vermehrte Bildung von Oberhautzellen, so daß die Mitte stärker wächst als der Rand, woraus sich die kegelförmige Gestalt des Hühnerauges entwickelt, deren Kuppe nicht bloß nach außen, sondern in noch schärferer Zuspitzung nach unten gegen die Lederhaut zu gerichtet ist. Je weniger der Druck des Oberleders das Emporwachsen nach außen duldet, desto tiefer bohrt sich die Spitze in die Haut, mit so starkem

Druck, daß dieselbe an der Stelle ganz dünn wird; und der Druck dieser Spitze gegen die Lederhaut ist auch die Ursache der bekannten, oft unerträglichen Hühneraugenschmerzen.

Hühneraugen können sich an allen Stellen der Haut bilden, welche von außen her, sei es durch Fußzeug, wie an den Füßen, sei es durch Werkzeuge, wie an den Händen, gegen kleine scharfe Knochenvorsprünge angedrückt erhalten werden. Am häufigsten findet man die Leichdörner auf dem Rücken der kleineren, meist nach oben gekrümmten Zehen, entsprechend dem Gelenk, aber auch zwischen den Zehen und an der Unterseite des Fußes; letztere können, wo sie in größerer Anzahl vorhanden sind, das Gehen zu einer namenlosen Pein machen. Seltener ist das Vorkommen an der Hand, und hier meist an der Hohlhand, wo sie dann zuweilen, wenn sie in größerer Zahl und eng gedrängt zusammenstehen, wiederum leicht den Eindruck einer Schwiele machen können. Die manchmal bis übers Knie hinauf ausstrahlenden Hühneraugenschmerzen können sehr hohe Grade erreichen und dem daran Leidenden das Leben verbittern.

Für die Volksmedizin sind die Hühneraugen ein fleißig angebautes Feld und die Unzahl der dagegen empfohlenen Mittel das beste Zeugnis, entweder für die Schwierigkeit ihrer Ausrottbarkeit oder aber für die Leichtigkeit ihres Wiederersatzes. Es mag wohl beides der Fall sein. Alle örtlichen noch näher zu besprechenden Mittel in Gestalt von Salben, Pflastern u. s. w. können einen radikalen Nutzen nicht schaffen, so lange die Grundursachen der Hühneraugenbildung unverändert fortbestehen, weil sie unermüdlich aufs neue Anlaß zur Wiedererzeugung der Hühneraugen werden, selbst wenn die vorhandenen eines Tages beseitigt waren.

Der fortwährende Druck des Fußzeuges auf die über die kleinen spitzen Knochenkanten der Zehenknochen hinweggespannte Haut bildet eben die unausgesetzt fortwirkende Ursache der Entstehung von Hühneraugen. Wer an Hühneraugen

leidet, hat oder hatte einen schlechten Schuster. Die Schuhmacher haben im allgemeinen einen sehr schlechten Begriff davon, wie ein Stiefel gebaut sein muß.

Die Eitelkeit der Kunden verleitet den Schuster, möglichst kleines, also möglichst kurzes und enges Fußzeug zu machen. Zu kurzes Fußzeug hat aber zwei Übel im Gefolge: die Bildung des Ballens und die Entstehung von Hühneraugen. Wenn nämlich die Sohle zu kurz ist, so findet die große Zehe, welche sich bei jedem Schritt um etwa 2—3 Centimeter auf der Sohle gerade nach vorn schieben muß, nicht den hinreichenden Platz im Stiefel; sie muß also notgedrungen nach der Seite hin ausweichen. Doch besteht noch ein anderes sehr wichtiges in demselben Sinne wirkendes Moment. Bei der üblichen symmetrischen Form des Leistens erhält die große Zehe, obwohl sie 2—3mal so lang und so dick ist als die kleine Zehe, doch nicht mehr Raum im Stiefel, als letztere; während also die kleinen Zehen im Raumüberfluß schwelgen, leidet die große Zehe Not daran, das knappe Oberleder drängt infolge dessen diese letztere nach außen, nach der Seite der kleineren Zehen, wo sie mehr Platz findet. Die natürliche Richtung der großen Zehe, wie man sie an jedem Kinderfuß beobachten kann, ist eine nach innen gehende, zu dem andern Fuß hingerichtete, und bei allen normalen Füßen ist von Ballen keine Spur. Die in das moderne Fußzeug eingepreßte große Zehe wird nun aus ihrer natürlichen geraden Richtung in eine nach außen stehende gebracht, um so stärker, je kürzer und je enger die Fußbekleidung ist. Je mehr sich mit der Zeit die Zehe an diese nach außen stehende Richtung gewöhnt, um so mehr kommt das zum Vorschein, was man „Ballen" nennt. Dieser Ballen verschwindet aber sofort, sobald man die große Zehe wieder in ihre natürliche gerade oder etwas nach innen sehende Richtung bringt, und zwar auf so lange, als die Zehe in dieser Stellung verbleibt, zum Beweise dafür, daß der Ballen nichts ist als eine Regelwidrigkeit in der Stellung der Zehe.

Erst in späteren Stadien wird die Sache sozusagen ein selbständiges Leiden, wenn infolge der langen Dauer der falschen Stellung und des stetigen Druckes in dem Ballengelenk entzündliche Prozesse auftreten und zu einer Verdickung des Fußknochens führen, so daß nun die Zehe überhaupt gar nicht mehr in ihre natürliche Lage gebracht werden kann.

Die Entstehung des Ballens beginnt also mit dem ersten Paar zu kurzer Stiefel, welches die Großzehe dauernd zur Seite drängt. Sobald dann die Zehe diese schräge Richtung nach außen angenommen hat, so erscheint natürlich der Fuß in seiner Längsrichtung etwas verkürzt, weil die Zehe nicht mehr so weit nach vorn reicht, wie bei gerader Stellung. Infolge dessen wird das nächste Paar Stiefel wieder etwas kürzer angemessen und dieser verkürzte Stiefel drängt abermals die Zehe weiter nach außen und so geht das böse Wechselspiel immer weiter. Dabei tritt natürlich der Ballen immer deutlicher hervor, und wenn nun erst der kluge Schuhmacher beginnt, „das Oberleder etwas heraus zu arbeiten“, wie er verständnisvoll versichert, so ist das Schicksal des Fußes besiegelt, denn wenn auf diese Weise erst der Ballen in seiner Oberledernische gefangen ist, so kann die Zehe gar nicht mehr ihre natürliche gerade Richtung annehmen, sondern sie wird nun unrettbar immer mehr nach außen gedrängt und der Ballen immer größer, der nächste Stiefel wird wiederum kürzer angemessen und das Übel ärger.

Aber auch für die kleinen Zehen wird der Raum bald zu enge, indem denselben in gleichem Maße, als der Stiefel vorn kürzer und enger wird, die Möglichkeit, sich gerade nach vorn auszustrecken, völlig benommen wird; bei ihrer Kürze und Kleinheit werden sie indes nicht zur Seite gedrängt, sondern nach oben gekrümmt. Nun kommt aber bald der Zeitpunkt, wo der Raum überhaupt zu enge wird und das Oberleder gegen die vorspringendsten Stellen einen dauernden Druck ausübt, und damit kommt denn auch der Geburtstag der Hühner-

augen heran, zu einer Zeit, wo der „Ballen" noch lange nicht zu einem selbständigen stationären Leiden geworden ist, denn dazu bedarf es jahrzehntelanger Mißhandlungen der großen Zehe. So lange man nun ein an den eben gerügten Fehlern leidendes Fußzeug trägt, darf man auf eine dauernde Befreiung der unangenehmen Folgen desselben nicht rechnen, weil die Bedingungen für ihre Entstehung allen Heilversuchen zum Trotz immer und unausbleiblich zum Wiederaufleben der alten Hühneraugen führen.

So ist es denn leicht verständlich und bedarf keiner weiteren Begründung, daß alle Bestrebungen zur Heilung des Übels unweigerlich beginnen müssen mit der Beschaffung eines gut passenden Fußzeuges. Freilich ist es nicht jedem möglich, einen wirklich guten Schuhmacher mit der Anfertigung seines Fußzeugs zu betrauen, denn gute Schuhmacher gehören zu seltenen Vorkommnissen. Man muß dann wenigstens darauf halten, daß beim Maßnehmen das Maß der Fußlänge erst dann genommen wird, nachdem man die große Zehe mit Hilfe der Hand ganz gerade ausgestreckt hat. Hierin darf man sich auch nicht im mindesten irre machen lassen durch die bei allen Schuhmachern, welche sämtlich fast nur durch schlechtes Fußzeug mißgestaltete Füße zu sehen bekommen, wiederkehrende Behauptung, „solche Füße gebe es gar nicht." Was es mit dieser Behauptung auf sich hat, das lehrt die Betrachtung eines beliebigen mit der modernen Fußbekleidung nicht in Berührung gekommenen (resp. von ihr nicht verunstalteten) Fußes. Jeder nackte Kinderfuß, sowie ausnahmslos die Füße barfußgehender Völkerschaften (auch die der europäischen Barfüßler, z. B. der italienischen Fischer) spreizen sich in der Weise, daß die große Zehe nach innen gerichtet ist. Die Auswärtsstellung der großen Zehe dagegen findet sich nur an den Bewohnern unseres modernen Fußzeuges. — Dem so gefundenen Maß soll der Schuster beim Erwachsenen noch 2—3 cm zugeben, um danach die Sohlenlänge zu bestimmen,

so daß im fertigen Stiefel die Zehe reichlich daumenbreit hinter der Stiefelspitze endet. Letzteres muß man zur Bedingung der Annahme der Stiefel machen, weil sonst die Schuster regelmäßig irgend eine andere Stiefellänge für die „passendere" halten oder wenigstens erklären, um nur die verpaßten Stiefel an den Mann zu bringen.

Es liegt auf der Hand, daß hiemit die Stiefelfrage, selbst soweit sie die Stiefelspitze betrifft, nicht im entferntesten erledigt sein kann, es handelt sich eben nur um das geringste Maß für die Vorbedingungen zur Heilung der Leichdörner. Radikale Hilfe findet man aber erst durch den eigenen (bezahlten) sehr sorgfältig nach dem Fuß gearbeiteten naturgemäßen Leisten. Man darf denselben aber dem Schuhmacher nur so lange anvertrauen, als er an dem Fußzeug zu arbeiten hat, weil die Schuhmacher grundsätzlich Leisten nicht zurückgeben.

Bei starken Ballen kommt eine Form von Hühneraugen vor, welche von den Franzosen ihres blättrigen Gefüges wegen „Oignon" (Zwiebel) genannt wird. Bei dieser Form finden sich meist mehrere der schwarzen Punkte (Augen). Man kann diese Art Hühneraugen Schicht für Schicht abziehen, was bei den untersten Schichten nicht ohne Schmerzen abgehen wird, und dann die schwarzen Punkte mit der Spitze eines stumpfen Federmessers herausgraben; aber solange man das schlechte Fußzeug trägt, welches nicht nur die Bildung dieser schwielenartigen Hühneraugen, sondern auch des Ballens verursacht hat, wird sofort nach Entfernung des alten die Ausbildung eines neuen Hühnerauges beginnen. Es muß eben der Stiefeldruck aufhören, wenn man dauernd von den Hühneraugen befreit bleiben will.

Unter den unzähligen Hühneraugenmitteln geht ein sehr bekanntes, der an einer Seite mit Heftpflaster bestrichene aus Filz bestehende Hühneraugenring, auch von diesem Grundsatz der Druckentlastung aus, indem das Auge des Leichdorns in das Loch plaziert und dadurch einigermaßen von dem ver-

derblichen Druck befreit wird. Doch nützt auch dieses Mittelchen nur in den gelindesten Fällen, weil der Druck des Oberleders den Ring alsbald so zusammenpreßt, daß das Hühnerauge durch das Loch hindurch doch bald wieder mit seinem alten Feinde, dem Oberleder, zusammenstößt. So ist denn auch der Hühneraugenring, der gewiß manchen eine Erleichterung gewährt, für viele andere nichts weiter als eine schmerzhafte Fußverzierung. Ihr Gebrauch bedarf wenigstens steter Aufmerksamkeit, häufiger Erneuerung und manchmal auch der Erweiterung der Öffnung, falls sie zu klein sein sollte.

Die meisten Menschen pflegen halbe Maßregeln und kleine, eine augenblickliche Erleichterung gewährende Mittelchen lieber anzuwenden, als eine radikale Abhilfe, welche einiges Nachdenken und einige augenblickliche Schwierigkeiten verursacht; deshalb läßt es sich hier auch kaum umgehen, einige derselben anzuführen. Das bekannteste und am meisten geübte ist das Ausschneiden der Hühneraugen nach vorheriger Erweichung durch ein Seifenbad. Besitzer eines sehr scharfen Messers erklären freilich dies Bad, das die Hühneraugen sehr weich macht, gerade aus diesem Grunde für störend. Jedenfalls hat aber diese Seifenwaschung den unschätzbaren Nutzen, den Fuß gründlich zu reinigen und zu desinfizieren, eine Notwendigkeit, auf die noch zurückzukommen sein wird. Das eigentliche Korn der Hühneraugen gräbt man mit der Spitze eines stumpfen Federmessers heraus, um die Wiederkehr des Hühnerauges möglichst zu verhüten — wenn nur das böse Oberleder nicht wäre. Das Herausgraben der Spitze ist übrigens nicht immer ganz leicht, weil sie sich nicht immer ganz deutlich markiert und auch nicht immer in der charakteristischen Ausbildung vorhanden ist. Statt der Anwendung der Hühneraugenringe wird manchem, besonders nach dem Ausschneiden, das tägliche Einwickeln der Zehen in eine ziemlich dicke, täglich oder alle zwei Tage zu erneuernde Schicht Salicylwatte sehr wohlthätig sein.

Diese Auslösung der Hühneraugen vorzubereiten durch Erweichung ist der Zweck vieler volkstümlich gebrauchter Pflaster und Salben, als da sind: grüne Seife, grünes Wachs, Seifenpflaster, Quecksilberpflaster. Man kann auch eine 5 Pfennig große Kompresse aus doppelter Leinwand mit Karbolwasser benetzen, dieselbe auf das Hühnerauge legen und dann die ganze Zehe in Guttaperchapapier einwickeln. Nach einigen Tagen ist die Oberhaut so erweicht, daß sie sich samt dem Hühnerauge oder doch dem größten Teil desselben abheben läßt. Unter den Säuren sind Zitronensäure und Essigsäure, letztere in konzentrierter Form sowohl als auch verdünnt, sehr gebräuchlich. — In neuerer Zeit hat man auch die Salicylsäure als ein gutes Hühneraugenmittel erkannt und verwendet sie in Form von Salicylsäurekollodium (Nr. 52), welches täglich einmal aufgepinselt wird, bis sich das aufgeweichte Hühnerauge ablösen läßt. Vielleicht noch wirksamer ist die Salicylsäuresalbe (Nr. 53), die man dick auf ein Leinwandläppchen aufgestrichen täglich von neuem auflegt, bis der Leichdorn erweicht und losgeschält werden kann. Die Salbe schält aber auch die gesunde Haut der Umgebung ab, wenn man den Salbenfleck zu groß macht.

Beim Ausschneiden der Hühneraugen kommt es zuweilen vor, daß man sich schneidet und einige Tropfen Blut verliert, ein Ereignis, das für gewöhnlich keine weiteren bösen Folgen hat, wenn mit der nötigen Sorgfalt, d. h. Reinlichkeit, verfahren wird. Die Ursache der an solche kleinen Verletzungen sich anschließenden Entzündungen, von deren schlimmen, selbst lebensgefährlichen Folgen man so oft hört, ist stets in einer Verunreinigung der Wunde zu suchen. Entweder gelangt der Schmutz nachträglich in die Wunde, weil sie aus Unachtsamkeit nicht weiter verbunden wurde, oder er wurde gleich vermittelst des Messers hineingebracht, mit dem man vielleicht erst eben vorher den für Wunden besonders gefährlichen Schmutz unter den Nägeln hervorgeholt hat. Denn nirgends sind die

Bedingungen für die Verunreinigung einer Wunde so günstig wie am Fuß, dessen Reinlichkeit und Pflege ja im allgemeinen ganz unverantwortlich vernachlässigt wird, selbst in den Kreisen, wo man solchen Schmutz nicht für möglich halten würde, wenn man ihn nicht so oft wirklich anträfe.

Wird nun so eine kleine, beim Leichdornverschneiden entstandene Wunde nicht weiter beachtet, so wird sie nur gar zu leicht infiziert mit einem der in dem Schmutz des Fußes und Fußzeuges stets anwesenden Wundgifte. Zum Verschneiden muß man also unbedingt jedesmal erst die Füße waschen und nur vollständig reine Messer verwenden, und außerdem nie die Vorsicht außer acht lassen, daß man stets *zuerst mit dem noch reinen Messer* die Hühneraugen verschneidet, ehe man die Nägel damit kürzt oder ausputzt. Hat man dann das Unglück, sich zu schneiden, so wäscht man sich die Wunde mit Wundwatte, die in Karbolwasser (oder in Ermanglung dessen in gekochtes Wasser) getaucht wird, gehörig aus und umwickelt dann die fragliche Zehe dick und fest mit Wundwatte, die man zu diesem Zweck stets vorrätig halten muß. Die Watte wird mit dem Blut zusammen eine Kruste bilden, unter welcher die Wunde ohne weitere Störung heilt.

---

11. Übermäßige Schweißbildung.

Die übermäßige Schweißbildung kann hier naturgemäß nur soweit Berücksichtigung finden, als sie den Kosmetiker angeht, also nur soweit, als es sich um rein örtliche Vermehrung der Schweißbildung handelt, um Hand-, Fuß- und Achselschweiß.

Die *Schweißhand* stellt fast ein ebenso peinvolles Übel dar wie der Schweißfuß. Man mag abwischen und abtrocknen so oft man will, immer zeigt sich die Hand mit demselben klebrigen kalten Schweiß bedeckt. Ergreift man solch eine

Schweißhand zur freundlichen Begrüßung, so läßt man sie auch ebenso schnell und erschrocken wieder fahren. Die damit Behafteten wissen das nur zu gut, sie scheuen sich vor jedem Händedruck, und können sie einmal einen solchen nicht vermeiden, so wischen sie sich jedenfalls, sogut es in der Eile und ohne Aufsehen eben gehen will, vorher noch die Hände ab. Schlimmer aber noch als das ist es, daß die Schweißhand sogar Anlaß zur Berufsstörung sein kann, weil die Feuchtigkeit der Hand alles beschmutzt und festes Anfassen unmöglich macht. So können Damen weder feine Handarbeiten machen noch Klavierspielen. Ebenso gehört das Geigenspielen, das Halten eines metallenen Federhalters und ähnliches für einen mit Handschweißen begabten zu den schwierigen Aufgaben. Man beobachtet diesen Zustand meist bei jüngeren Personen beiderlei Geschlechts, und gewöhnlich (nicht immer) als Ausdruck einer geschwächten Konstitution, z. B. bei Skrophulose, bei Zuständen gestörter Magenfunktion, Bleichsucht u. dergl. Die Hände sind dabei meist bleich oder auch blau und kalt, und leiden in vielen Fällen im Winter an Frost.

Ein gleich schlimmes Leiden bildet der Fußschweiß, der gewöhnlich zum Stinkschweiß wird. Der durch die schwitzenden Füße selbst auf größere Entfernung verbreitete Gestank kann so arg werden, daß die Betreffenden von jeglichem Verkehr ausgeschlossen und zu einem einsamen Leben verurteilt sind, weil es kein Mensch in ihrer Nähe, d. h. in demselben Zimmer, mit ihnen aushalten will. Der Gestank solcher Schweißfüße haftet nicht so sehr an den Füßen selbst, als vielmehr an den reichlich schweißdurchtränkten Strümpfen und dem Fußzeug, worin der massenhaft abgesonderte Schweiß zum Faulen kommt. Damit sind aber die Leiden Schweißfüßiger noch nicht erschöpft. Durch die fortwährende Nässe wird die Haut weich und aufgelockert, namentlich wo an den Zehen zwei Hautflächen einander berühren; zwischen den Zehen und an ihrer Unterseite kommt es zu sehr schmerzhaften Einrissen

der Oberhaut, und bei längeren Fußwanderungen, zumal im heißen Sommer hebt sich auch an anderen Stellen die Haut in großen Blasen ab.

Geringere Beschwerden verursachen die Schweiße der Achselhöhle, die zu gesellschaftlichen Störungen seltener, zu beruflichen wohl nie Anlaß geben. Häufiger und hochgradiger als bei Männern treten die Achselschweiße bei den Frauen auf, welche oft viel dadurch zu leiden haben wegen des üblen begleitenden Geruchs, sowie durch den Umstand, daß der Achselschweiß mit seiner Säure und Nässe nicht bloß die Kleiderstoffe selbst, sondern noch mehr ihre Farben verdirbt.

Die Ursachen für die Erscheinung eines örtlichen Schweißes, Hand- oder Fußschweiß, können sehr verschieden sein; sehr häufig wird der letzte Grund in der Konstitution liegen, wenn auch bei der Entstehung und Ausbildung der Fußschweiße das die Verdunstung hindernde Fußzeug eine große Rolle spielt. — Die Schwierigkeit der Beseitigung solcher örtlicher Schweiße an einzelnen Körperteilen begreift sich leicht, wenn man weiß, daß alle Schweißabsonderung von dem Zentralnervensystem abhängig ist; man wird deshalb mit rein örtlichen Mitteln, Streupulvern, Waschungen, Salben u. dgl. allein nicht immer zum Ziele kommen, sondern es bedarf zur gründlichen und dauernden Heilung stets auch einer die Verbesserung und Kräftigung der Konstitution berücksichtigenden Behandlung. Das gilt besonders für die Hand- und Fußschweiße, und alle Maßregeln, welche in diesem Sinne wirken, namentlich diejenigen, welche eine gute Hautpflege ins Werk setzen, sind ebenso unentbehrlich als heilsam und unter Umständen allein zur Heilung schon genügend. So weiß ich von einigen Fällen, wo recht arger Fußschweiß allein durch regelmäßige morgendliche kalte Abreibungen des Körpers geheilt wurde.

Der wohlthätige Einfluß dieser kalten Abreibungen kommt zum großen Teil zustande durch ihre kräftigende Wirkung auf den Gesamtorganismus wie durch das neuerweckte Leben der

Hautfunktionen, die gerade bei Leuten, welche an derartigen Übeln leiden, oft sehr darniederliegen. Diese einfache Maßregel mag auch zur Heilung manches Handschweißes noch mehr beitragen, als die vielfach empfohlenen häufigen Waschungen mit Eichenrindenabkochung oder Alaunlösung, jedenfalls ist sie allen von Hand- und Fußschweiß Geplagten nicht warm genug zu empfehlen. In allen Fällen, wo derartige örtliche Schweiße nur als Begleiterscheinung eines konstitutionellen Leidens aufzufassen sind, wird die Heilung dieser krankhaften Zustände stets die Vorbedingung für die Beseitigung der Schweiße sein und verlangt daher eine eingehende Rücksprache mit dem Arzt.

Indes wird man mit diesen Waschungen des Körpers keineswegs immer zum Ziele gelangen, man wird öfter genötigt sein, seine Zuflucht zu andern Mitteln zu nehmen. — In gelinderen Fällen genügt folgendes: 1) die besprochenen Waschungen; 2) die Anwendung von Salicylsäurestreupulver (Nr. 45), das man täglich nicht bloß auf die Füße, sondern auch reichlich in die Strümpfe streuen muß; 3) da hoch hinaufgehendes eng anschließendes ledernes Fußzeug die Schweißbildung außerordentlich fördert, das Tragen von ganz niedrigen, nicht engen Schuhen; für Damen eignen sich am besten Zeugstiefel, für Herren Prof. Jägers Fußzeug oder ganz niedrige nur bis an die Knöchel reichende Lederschuhe. — Die Wirkung dieser Maßregeln kann man noch unterstützen durch heiße täglich gegen Abend wiederholte Fußbäder. — Eine altbewährte, aber etwas umständlichere und daher nur gegen schwerere Fälle von Fußschweiß angewendete Kur ist das sogenannte Hebrasche Verfahren. Zu dem Ende setzt man sich in Besitz von etwa 1/2 Pfund Hebrascher Salbe, die man sich in der Apotheke aus 1/4 Pfund Bleipflaster und 1/4 Pfund Leinöl machen läßt; mit dieser bestreicht man zwei länglich viereckige Stücke dicht gewebter Leinwand von einer Größe, daß sie den ganzen Fuß einzuwickeln erlauben, messerrückendick. In gleicher Weise, d. h. ebenfalls mit Salbe bestrichen, bereitet man acht Charpiebäuschchen

(Wattebäuschchen) vor. Nun legt man die Leinwand auf einen Stuhl, setzt den reingewaschenen und gut abgetrockneten Fuß darauf und steckt zwischen je zwei Zehen eines von den Charpiebäuschchen, dann schlägt man die Leinwand fest anschließend über den Fuß zusammen, so daß er überall bis über die Knöchel mit der Salbe bedeckt ist, befestigt die Leinwand mit einer Binde und zieht einen ganz reinen Strumpf darüber. Danach wird der andere Fuß ganz in derselben Weise behandelt. Morgens und abends wird der Verband gewechselt, doch werden die Füße dabei nicht gewaschen, sondern einfach mit Watte und Puder (Nr. 45) abgerieben, ehe der neue Verband angelegt wird. Am besten ist es, wenn man bei der Kur ruhig zu Bette liegen kann, läßt es sich aber nicht vermeiden, so mag man seinen Geschäften nachgehen, doch ist es durchaus erforderlich, jetzt neues und sehr bequem sitzendes Fußzeug zu tragen. So fährt man 14 Tage ohne Unterbrechung fort, dann läßt man die Salbe weg und pudert nur täglich die Füße ein, namentlich auch in den Falten an und zwischen den Zehen. In den nächsten Tagen stößt sich nun die Haut in dicken pergamentartigen, gelbbraunen Fetzen ab und eine neue kommt mit schöner weißer Oberhaut zutage. Erst jetzt darf man den Fuß waschen, der Stinkschweiß ist geheilt, aber der Fuß bedarf längere Zeit noch einiger Berücksichtigung und Pflege. Bei längerem Gehen, namentlich in der Wärme, muß der Fuß oft und reichlich eingepudert werden mit dem Salicylsäurepuder (Nr. 45), auch müssen jeden Morgen nach dem Einpudern frische Wattebäusche zwischen die Zehen gesteckt werden; dabei ist häufiges Waschen der Füße etwas ganz selbstverständliches. Vor allem aber dürfen die durchgeschwitzten Stiefel und Schuhe (am besten auch die Strümpfe) nicht wieder an die Füße kommen, weil der darin enthaltene faulige Schweiß sofort das alte Übel von neuem anfachen würde. Die bereits oben empfohlenen morgendlichen kalten oder lauwarmen Abreibungen (vergl. darüber das gelegentlich der Hautpflege Seite 41 Gesagte) müssen da-

bei noch lange Zeit ganz regelmäßig fortgesetzt werden, wenn anders die Heilung eine nachhaltige sein soll. Es kommt vor, daß diese Hebrasche Kur nicht gleich das erste Mal zum Ziele führt, da muß man sie eben nach kurzer Zeit wiederholen, um des Erfolges sicher zu sein.

Endlich darf es nicht unerwähnt bleiben, daß die Heilung der Fußschweiße an sich nicht den geringsten Nachteil mit sich bringt. Allerdings ist nicht selten die Beobachtung gemacht worden, daß mit dem Beginn eines schweren Leidens, z. B. der „Rückenmarksdarre", die Fußschweiße plötzlich aufhörten. Aber dieselbe Erkältung z. B., welche mit einem Schlage die Erkrankung des Rückenmarks hervorrief, brachte auch die Fußschweiße zum Versiegen. Die Rückenmarkserkrankung begann also nicht, weil die Fußschweiße aufhörten, sondern die letzteren hörten auf, weil und als jene begann. Es sind schon so unzählig Viele von Fußschweißen geheilt worden, ohne dafür ein anderes Leiden einzutauschen, andererseits so Viele an Rückenmarksdarre erkrankt, ohne vorher je an Fußschweißen gelitten zu haben, daß der ohnehin nur schwach begründete Satz von der Abhängigkeit der „Rückenmarksschwindsucht" von dem „Ausbleiben oder Zurücktreten" der Fußschweiße völlig allen Boden verloren hat und in das große Reich der falsch gedeuteten Thatsachen verwiesen ist.

Also nicht die Thatsache an sich soll geleugnet werden, nur der ursächliche Zusammenhang ist es, der bestritten wird. Im Gegenteil aber sieht man Hand- und Fußschweiße zuweilen von selber verschwinden, wenn der bis dahin auch sonst nicht Gesunde oder Schwächliche Heilung oder Kräftigung findet, und man könnte also mit demselben Rechte sagen, daß er Genesung gefunden, weil die Schweiße aufgehört hätten, obgleich sich natürlich die Sache umgekehrt verhält.

Gegen Achselschweiße verwenden die Damen vielfach Kautschuk- oder Wachstaffeteinlagen (Suettes oder Schweißblätter), um die Kleider vor dem Verderben zu schützen. Wenn man ein

ganz gesundes Bein oder einen ganz gesunden Arm mit einer Gummibinde einwickelt, so bedeckt sich das Glied in kürzester Zeit wegen der gehinderten Verdunstung mit triefendem Schweiß, wovon man sich leicht überzeugen kann, wenn man nach einigen Stunden die Binde wieder abnimmt, und Leute, welche genötigt sind, derartige Binden lange Zeit (z. B. wegen Krampfadern) zu tragen, haben unter dieser Schweißbildung arg zu leiden. Ebenso ist es mit den Taffeteinlagen, welche die Verdunstung verhindern und dadurch zur Vermehrung des Schweißes, oft auch zu Hautreizungen, selbst entzündlicher Art, führen. Sie verbösern das Leiden, zu dessen Verbesserung sie bestimmt sind. Wie bei den Fußschweißen, so liegt auch bei den Achselschweißen der Grund für die Heftigkeit des Übels zu einem sehr großen Teil in mangelhafter Hautpflege im allgemeinen und in versäumter Reinhaltung der Achselhöhle im besonderen. Der Schweiß von gestern und vorgestern erzeugt und verschlimmert den heutigen. Von größtem Nutzen erweisen sich daher regelmäßige tägliche, kühle und gründliche Waschungen mit Ichthyolseife, deren Schaum man aber nicht abwäscht, sondern eintrocknen läßt, mit nachfolgender Einpuderung von Salicylsäurepuder. Statt der Schweißblätter legt man einen dicken handgroßen Bausch von Salicylwatte ein, oder man kann auch einen ebensolchen Bausch gewöhnlicher mit Salicylsäurepuder dick bestreuten Wundwatte verwenden, denn beide saugen gleich gut die Feuchtigkeit auf und wirken anderseits nicht befördernd auf die Schweißbildung ein, wie die Schweißblätter, die ihren Namen mit Recht führen. Diese Art Behandlung, d. h. Reinlichkeit und Einlagen von Salicylwatte, empfiehlt sich überhaupt für alle schwitzenden Falten, z. B. für die Afterfalte, wo es bei reichlicher Schweißbildung nach dem Gehen, namentlich im Sommer, leicht zu entzündlicher und sehr schmerzhafter Reizung, dem sogenannten „Wolf“ kommt, ferner für die Hängebrust, Zehenfalten 2c.

12. Mitesser.

Zu den häufigsten Leiden junger Leute beiderlei Geschlechts gehören die Mitesser und die entzündliche Steigerung dieses Übels, die Finnen. So unschuldig und bedeutungslos für die Gesundheit dasselbe an sich auch ist, so bildet es doch eine Quelle vielen Kummers, da es meist gerade in einem Lebensalter auftritt, wo man gegen derlei Verunzierungen, „Unreinlichkeiten des Teints," ganz besonders empfindlich zu sein pflegt, nämlich vom Backfischalter bis in die 20er und 30er Jahre hinein. Ein herausgedrückter Mitesser sieht aus wie eine ganz kleine Made mit schwarzem Kopf, und die volkstümliche Meinung geht in der That auch dahin, den Mitesser für ein kleines Mädchen zu halten, welches an Leben und Gesundheit des daran Leidenden zehre. Das ist nun glücklicherweise nicht der Fall, da der Mitesser gar nicht zu den lebenden Wesen gehört, sondern nichts ist als ein kleiner Talgpfropf, dessen der Luft ausgesetztes Ende schwarz gefärbt erscheint. Bei mikroskopischer Untersuchung findet man den Mitesser bestehen aus verschrumpften Zellen und Zelltrümmern, Fett und zuweilen einem kleinen Wollhärchen. Genug, es ist nichts als ein Talgpfröpfchen, welches seine wurmförmige Gestalt dadurch erhalten hat, daß es mit starkem Druck durch die enge Mündung der Talgdrüse hervorgepreßt wurde, gerade wie der aus der Nudelmaschiene hervorgepreßte Nudelteig eine wurmförmige Gestalt annimmt. Die Entstehung der Mitesser ist zurückzuführen auf eine Anomalie der Verhornung, wobei eben die Talgdrüsenöffnungen sich mit epidermisartiger Masse ausfüllen, und zugleich dunkel, ja schwarz färben. Man sieht an zahlreichen Stellen des Gesichts schwarze Punkte von verschiedener Größe, d. h. erweiterte und verstopfte Ausführungsgänge von Talgdrüsen. Drückt man nun mit beiden Daumennägeln dagegen, so schießt der kleine Mitesser mit dem schwarzen Punkt, dem „Kopf" voran, hervor. Nach dem Ausdrücken bleibt eine Öffnung, ein kleines

„Loch“ zurück, die leere Talgdrüse, die sich allmählich wieder schließt.

Das Verhalten der Mitesser ist übrigens recht verschieden. Zuweilen sind an einzelnen Stellen so zahlreiche und dichtgedrängte Mitesser zu sehen, daß die Haut ordentlich höckerig und schwarzpunktiert erscheint, andere Male beobachtet man sie als einfache, vertiefte, über das Gesicht verstreute, schwarze Punkte von sehr verschiedener Größe, die man beim Darüberstreichen mit dem Finger als ganz kleines Knötchen wahrnimmt. Die Drüse ist so prall mit Talg erfüllt, daß sie ein wenig über die Haut hervorragt; kommt nun hierzu, wie es häufig geschieht, eine entzündliche Reizung, so wird aus dem Mitesser eine Finne. Der gewöhnlichste Sitz der Mitesser sind Nase, Wange, Stirn, Lippen u. s. w. und am häufigsten daran zu leiden haben Blonde, Blutarme, ferner Personen mit gestörten Magen- und Darmfunktionen, ohne daß freilich andere grundsätzlich davon verschont blieben.

Die Vertreibung der Mitesser ist nicht immer so einfach, wie man wünscht und glaubt, zum größten Teil wohl deshalb, weil ihre Entstehung und ihr Auftreten unzweifelhaft auf Rechnung eines konstitutionellen Zustandes gesetzt werden muß. Aus diesem Grunde thut Vielen eine gründliche Veränderung der äußeren Lebensverhältnisse sehr wohl, oder wo das nicht angängig ist, doch das zeitweilige Vertauschen des Kontors, Bureaus, Schulzimmers und der damit unweigerlich verbundenen Lebensweise mit Landaufenthalt, wo die bessere Atmungsluft und energischere Bewegung den Appetit stärken und die Verdauungsfunktionen regeln, die Wangen erblühen lassen, mit einem Worte, den ganzen Menschen gesund machen. Leider können das nicht alle haben, aber auch diese sollten doch wenigstens nach Möglichkeit den Genuß der frischen Luft und zum „Sichausarbeiten“ des Körpers geeignete Bewegung durch Eintritt in einen Turn-, Ruder-, Radfahrer-Klub (vor allem Dreiradfahren), Pflege der Bewegungsspiele im Freien 2c., soweit

wie möglich sich verschaffen und die Verdauung regeln, um mit der allgemeinen Kräftigung und Gesundung des Körpers eine verstärkte Anwartschaft auf die Hebung des zwar bedeutungslosen aber doch entstellenden Übels zu erlangen.

Die örtlichen Mittel werden um so erfolgreicher und nachhaltiger wirken, je mehr ihrer Wirkung auf eben gedachte Art vorgearbeitet wird. Von mancher Seite, selbst von Ärzten, wird die rein mechanische Behandlung für genügend und zum Ziele führend erklärt. Gewiß lassen sich durch kräftigen Druck mit den Daumennägeln eine Anzahl von Mitessern entleeren, aber mancher, der den Versuch gemacht hat, auf diese Weise des Übels Herr zu werden, wird die Erfahrung gemacht haben, daß seine tägliche Arbeit sich mit der Zeit nicht verminderte, sondern vermehrte, als ob für jeden ausgedrückten Mitesser zwei oder drei neue entstünden, und daß allmählig erst einzelne, dann zahlreiche Finnen sich einstellten, wo früher nur Mitesser waren. Die Behandlung ist zu gewaltsam und reizt die Talgdrüsen allzusehr, so daß sie mit der Zeit in einen entzündlichen Zustand geraten. Noch ärger wirkt in dieser Richtung der für die Operation des Ausdrückens vielfach empfohlene und beliebte Uhrschlüssel, weil seine Einwirkung eine noch rohere sein muß, um den Mitesser aus seiner Höhle herauszubefördern. Daumennägel wirken doch wenigstens teilweise durch Druck von unten, jedenfalls aber von der Seite, und doch gelingt es auch hiermit nicht einmal immer, den Mitesser auszudrücken. Es kann das daran liegen, daß die Öffnung der Talgdrüse zu fest verschlossen ist, sehr oft aber sicherlich daran, daß die Talgdrüse schief in der Haut steckt wie die Haare, während der Druck, namentlich der des Uhrschlüssels, in einer Weise wirkt, als wäre die Richtung der Talgdrüse in der Haut eine gerade. Und gerade diese durch wiederholte aber vergebliche Versuche mißhandelten Mitesser entwickeln sich am ehesten zu Pusteln („Finnen“).

Ein besseres Verfahren stellt das folgende dar, das natürlich längere Zeit fortgesetzt werden muß. Zunächst reibt man

mit einem mit heißem Wasser ausgedrückten und mit Seifengeist (Nr. 46) getränkten Stück Flanell 3–4 Minuten das Gesicht gehörig ab, dann wäscht man mit demselben Stück Flanell unter Benutzung heißen Wassers und unter Fortsetzung des Reibens die Seife wieder herunter, wieder einige Minuten lang, um die Haut gut zu erwärmen. Nach dem Abtrocknen wird mit einem Charpiepinsel eine Schwefelpaste (Nr. 47) auf die Haut möglichst dick aufgetragen, welche nachts über liegen bleibt. Morgens wird dann das Gesicht gewaschen und mit einem (wegen des Schwefels) metallfreien Puder (Nr. 48) eingepudert oder abgewaschen mit metallfreiem „Prinzessinnenwasser“ (Nr. 50), um den durch diese Behandlung bedingten Reizzustand zu mindern. Zeigt eine etwas zartere Haut unter dieser Behandlung Zeichen von Reizung (Hitze und Brennen), so unterbricht man unter Fortgebrauch des Puders die Kur immer einmal auf einen oder zwei Tage und nimmt die Prozedur, je nachdem es die Haut verträgt, nur jeden zweiten oder dritten Abend vor.

In leichteren Fällen genügt abendliches Abwaschen des Gesichtes mit Schwefelsandseife oder Ichthyolseife unter Benutzung heißen Wassers. Man läßt aber den Schaum möglichst dick eintrocknen und über Nacht sitzen, um ihn erst am andern Morgen wieder abzuwaschen.

In neuerer Zeit werden gegen die Mitesser Sandabreibungen mit vielem Erfolge angewendet, ebenso wie gegen die Finnen, und verdienen als einfache unschädliche Behandlungsmethode alle Empfehlung. Zuerst wird das Gesicht einer gründlichen heißen Seifenwaschung unterzogen und dadurch eine Zeit lang warm und feucht erhalten. Die Sandabreibung selber wird in der Art vorgenommen, daß man mit einem schwach angefeuchteten, kleinporigen, in Marmorsand getauchten Schwamm (oder Flanellstück) das Gesicht und nötigenfalls den Hals abreibt, zunächst ganz gelinde, später aber, je nachdem man es verträgt und bedarf, in kräftigerer Weise. Zuletzt wird der Sand abgewaschen und die Haut gut ab-

gerieben. Stellt sich nachher ein Gefühl von starkem Brennen ein, so pudert man die Haut ein oder wäscht sie mit lauem Wasser ab. Diese Sandabreibungen stellen unter den mechanischen Mitteln gegen „unreinen Teint" eines der rationellsten dar. Man kann dieselben überhaupt Damen mit unreiner, schmutziger Hautfarbe nur bestens empfehlen, sie wirken schöner und nachhaltiger, nicht bloß augenblicklich, sondern von Grund aus die Hautfarbe verbessernd, als alle Schminken. Die unendliche Reihe anderer Mittel gegen Mitesser hier anzuführen, hat wenig Zweck; die hier angeführten führen zum Ziel, wenn man sie regelmäßig und sorgfältig anwendet. Unter den vielen sei hier nur noch das allbeliebte Kummerfeldsche Waschwasser (Nr. 49) erwähnt, das man statt jener Schwefelpaste und ebenso wie sie gebraucht, indem man es abends auf die Haut aufträgt, eintrocknen läßt und am andern Morgen abreibt. Ein in England und Amerika sehr beliebtes und wirksames Mittel ist das Gowlandsche Waschwasser (Nr. 22), das man in Deutschland in den Apotheken nur auf ein ärztliches Rezept erhält wegen des darin enthaltenen Quecksilbersublimats; das Verbot hindert aber viele Händler und Friseure nicht, das Mittel dennoch zu verkaufen.

In hartnäckigen Fällen, wo man die Sandabreibungen aus diesem oder jenem Grunde nicht machen will, kann man alle zur Behandlung der Finnen empfohlenen Mittel in Anwendung ziehen.

---

13. Der Finnenausschlag (Wimmerln).

Im vorigen Kapitel war schon davon die Rede, wie sich aus einfachen Mitessern Finnen entwickeln können, wenn nämlich aus irgend welchen äußeren oder inneren Ursachen, also durch vergebliche Auspressungsversuche oder aus konstitutionellen in der körperlichen Entwickelung begründeten Zuständen Talg-

drüsen in Entzündung übergehen. Die Finnen stellen namentlich am Gesicht und am Gesäß, aber auch an andern Körperstellen vorkommende erbsengroße und selbst noch größere, hell- bis dunkelrote, über die Haut mehr oder weniger hervorragende, nur wenig schmerzende Knoten oder Pusteln dar, in deren Mitte man gewöhnlich den bekannten schwarzen, oft noch von einem kleinen gelben Hof umgebenen Punkt bemerkt. Ein mit beiden Daumennägeln auf diese Knoten ausgeübter seitlicher Druck treibt ein Tröpflein Eiter hervor, dem schließlich ein kleiner Blutstropfen folgt. Die Entzündung beschränkt sich nicht immer auf die Talgdrüsen allein, sondern greift zuweilen auf das benachbarte Gewebe über, dadurch Anlaß gebend zur Entstehung weit größerer Entzündungsherde, welche lebhafte klopfende und ziehende Schmerzen verursachen. Die ausgedrückte Finne pflegt, indem sich eine kleine gelbliche Kruste auf ihrer Spitze bildet, alsbald unter Zurücklassung einer ganz kleinen Narbe ohne weitere Spuren zu verheilen.

Die Finnen kommen stets in Gesellschaft von Mitessern und in Verbindung mit reichlicher Fettbildung auf der Haut vor, so daß es sich also nicht um die Erkrankung einzelner Talgdrüsen, sondern vielmehr auch um diejenige einer sehr großen Zahl von Knäueldrüsen handelt und zumeist derjenigen des Gesichts, in geringerem Grade derjenigen des übrigen Körpers.

Diese krankhafte Thätigkeit des Drüsenapparats fällt gewöhnlich in eine Zeit des Lebens, wo auch anderweitige gewaltige Veränderungen im Körper vor sich gegangen sind, wo aus dem Mädchen die Jungfrau, aus dem Knaben der Jüngling heranreifen, etwa in der Zeit vom 17. bis 25. Jahr, kommt aber auch noch später vor, z. B. bei dem weiblichen Geschlecht, zuweilen in regelmäßigen Perioden wiederkehrend bis in die dreißiger Jahre. Unzweifelhaft spielen auch Vorgänge und Zustände des Magen- und Darmkanals eine große Rolle bei der Entstehung der Finnen. Ein neuerer französischer Forscher hat sogar die Behauptung aufgestellt, daß Finnen ein direkter Be-

weis seien für das Vorhandensein einer Magenerweiterung und hat vielleicht gar nicht so ganz unrecht damit. Diese Verhältnisse wollen bei der Behandlung wohl berücksichtigt sein. Gewürzte, schwer verdauliche fette Speisen werden, ohne daß man ganz bestimmte einzelne dafür verantwortlich machen könnte, je nach Körperanlage und Beschaffenheit des Darmkanals oft Anlaß zur Bildung von Finnen. In dieser Beziehung bekannt ist die Wirkung des Gänseschmalzes, dessen Genuß bei sehr vielen eine kleinere oder größere Anzahl von Finnen mit solcher Regelmäßigkeit zum Vorschein kommt läßt, daß an einem ursächlichen Zusammenhang ein Zweifel nicht aufkommen kann.

Zu den örtlichen Ursachen gehört auch das gewaltsame Ausdrücken von Mitessern und — von Finnen. Ein durch verunglückte Ausdrückungsversuche mißhandelter Mitesser gerät infolge des gewaltsamen Druckes leicht in einen entzündlichen Zustand und wird dann zur Finne; und eine ausgedrückte Finne giebt Veranlassung zur Entstehung neuer Finnen, indem der Eiter beim Herauspressen nicht bloß an die Hautoberfläche, sondern bei der teilweisen Zerstörung der Drüsenwandung auch in das Gewebe der Haut gelangt und nun durch Vermittlung der Lymphgefässe seine entzündungserregenden Eigenschaften an entfernter liegenden Stellen aufs neue zur Geltung bringt. In dem Ausdrücken, das wohl die einzelne Finne zu beseitigen vermag, liegt ein Grund für die stetige Weiterentwickelung und die lange bange Dauer der Finnenerkrankung. Kaum hat sich an die natürliche oder gewaltsame Beseitigung einer der verhaßten Hautblüten die leise Hoffnung angeknüpft auf eine Nimmerwiederkehr des Übels, so ist's wieder da, Grund genug zu den Ausbrüchen komischer Verzweiflung über diese „Scheußlichkeiten", diese „Verunreinigungen" des Teints, wie man sie als Ausdruck des täglichen, oft jahrelangen Kummers junger Mädchen wie ihrer besorgten Mütter so oft zu hören bekommt.

Der Charakter der Finnenerkrankung macht sich durchaus verschieden geltend bei den verschiedenen Menschen. Bei dem

einen tritt zur Zeit nur eine solche Hautblüte auf oder ganz wenige, wobei dann oft die einzelnen Knoten recht entzündet und feurig sein können. Längere oder kürzere Zeit nach ihrer Abheilung oder auch schon ehe noch die alten ganz verheilt waren, schießt ein neues Knötchen auf, dem bald wieder andere folgen. So kann es jahrelang fortgehen, zuweilen unterbrochen durch länger oder kürzer dauernde finnenfreie Pausen. Es ist ein ewiger Wechsel der Erscheinungen, indem die alten Finnen vergehen und neue an anderen Stellen zum Vorschein kommen. Bei anderen dagegen erscheinen die Finnen schubweise.

In schweren Fällen aber findet man gleichzeitig hunderte solcher Knötchen auf dem ganzen Gesicht, welches dadurch im höchsten Grade entstellt wird und oft von den massenhaften Entzündungsherden ordentlich gedunsen erscheint. Die einzelnen Knötchen sind hierbei aber meist kleiner und flacher, nicht hellrot, sondern mehr bläulichrot und zeigen nicht das charakteristische Aussehen der in geringerer Anzahl auftretenden, gleichsam als könne die einzelne wegen der Masse der übrigen nicht zu ihrer typischen Ausbildung kommen.

Die Behandlung der Finnen kann an dieser Stelle nur soweit besprochen werden, als es sich um ganz leichte Erkrankungen handelt, denn die schwereren Fälle können sogar dem Hausarzt, dem die Behandlung der Hautkrankheiten weniger geläufig ist, rechte Not machen. Für den Spezialisten bieten aber gerade diese höheren Grade des das Gesicht aufs schwerste entstellenden Leidens einen dankbaren Gegenstand seines Handelns.

Die medikamentöse Behandlung der Finnen geht darauf hinaus, durch die angewandten Mittel die Oberhaut und damit auch die Zellenauskleidung der Talgdrüsen zur Abstoßung zu bringen und eine Entleerung des Drüseninhaltes herbeizuführen, ohne gleichzeitig die Haut zu heftigerer Entzündung zu reizen. Die Finnen *mäßigen Grades* erfordern zunächst genau dieselben energischen abendlichen Abreibungen der Haut mit Seifengeist oder grüner Seife, unter Zuhilfenahme von Flanell, wie

sie in der Besprechung der Mitesser (siehe Seite 137) bereits bekannt sind, wobei es gar nicht schadet, wenn Knötchen einmal etwas bluten, im Gegenteil!

So alt und verdient der Ruf des Schwefels, der hier genau in der bei den Mitessern geschilderten Weise verwendet wird, auch ist, so wird von manchem statt dessen auch hier das Gowlandsche Waschwasser angewandt, indem es gleichfalls abends auf die Haut gepinselt wird, um darauf einzutrocknen. Bei hartnäckiger Finnenbildung muß man zu stärkeren Mitteln seine Zuflucht nehmen, z. B. zur grünen Seife. Nach vorgängiger Abreibung damit wird sie dick auf die Haut aufgeschmiert und mit etwas Watte bedeckt. Am andern Morgen behandelt man die Haut nach dem Abwaschen mit trockener oder flüssiger Schminke (Nr. 48 oder 50) zur Milderung des Hautreizes. Je nach dem Grade des letzteren fährt man einige Nächte mit dieser Anwendung der Seife fort, bis zu entzündlicher Steigerung der Hautreizung, mit der Einpuderung noch länger. Zuweilen, namentlich bei empfindlicher Haut, werden Schmerz und Hautröte jedoch so stark, daß es an ein- oder zweimaliger Einreibung vorläufig genug ist, denn auch hier wird es, sobald die entzündlichen Erscheinungen geschwunden sind, zu einer deutlichen Besserung des Übels kommen. Nach einigen Tagen, sobald der Reiz nachgelassen hat, beginnt man dann aufs neue damit, solange wie nötig damit fortfahrend, wenn man nicht wieder die Behandlung unterbrechen muß.

Es bleibt jedoch immer noch eine Anzahl Fälle übrig, welche mit diesen äußeren Mitteln allein nicht zur Heilung gebracht werden können. Denn wo konstitutionelle Verhältnisse die Veranlassung zur Finnenbildung abgeben, wird die örtliche Behandlung wohl zur zeitweisen, nicht aber zur dauernden Beseitigung führen, da sie auf die Konstitutionsverhältnisse nicht den geringsten Einfluß bethätigt. In solchen Fällen muß man außer auf eine energische Behandlung auch auf eine Besserung der Konstitutionsverhältnisse Bedacht nehmen, nach den bei der

Besprechung der Mitesser angedeuteten Grundsätzen. Dazu gehört dann auch noch die Sorge für eine durchaus geregelte Verdauungsfunktion (siehe Seite 44), und nötigenfalls eine gründliche Behandlung einer etwa bestehenden Magenerweiterung; ferner eine gute Hautpflege, warme Bäder, je nach der Konstitution kalte oder warme tägliche Abreibungen, viel frische Luft und Bewegung, genug, ein Leben, das möglichst die Gesundheitsbeschädigungen zu vermeiden sucht, welche der Zivilisation mit ihrem großstädtischen stubenhockerischen Leben und ihrer übermäßig reizenden Lebensweise eigen sind.

---

14. Kupferröte, Kupferfinne, Kupfernase, rote Nase.

Die sogenannte Kupferröte gehört zu den entstellendsten kosmetischen Hautkrankheiten des Gesichts, namentlich der Nase. Man versteht unter Kupferfinne eine vor allem an der Nase und den benachbarten Teilen der Wangen auftretende, in schlimmeren Fällen auch die Stirn, das Kinn und den übrigen Teil der Wangen nicht verschonende chronische, mehr oder minder ins blaue hinüberspielende Hautrötung und Hautverdickung. Sogar der Hals und die an die Stirn grenzenden Teile der Kopfhaut können, wenn auch nur selten, in gleicher Weise erkranken. Dazu gesellt sich gewöhnlich der sogenannte Schmerfluß, der die Haut von Fett erglänzen macht.

In den schwächeren Graden und überhaupt im Beginn ihrer Entwickelung zeigt sich die Nasenröte nur zeitweise und nur auf besondere Veranlassung, z. B. an kühleren Tagen oder nach den Genüssen einer reich besetzten Tafel, um nach einigen Stunden wieder zu verschwinden. Die Nase sieht genau so aus, als wäre sie erfroren, und in der That befinden sich auch viele in dem Irrtum, sie hätten Frost in der Nase, obwohl sie gleich selbst hinzuzusetzen pflegen, sie wüßten sich gar nicht zu entsinnen, wann diese Er-

frierung stattgefunden haben könnte. Vom Frost unterscheidet sich aber diese Art der Hautrötung schon sicher durch die Schmerzlosigkeit. Allerdings röten sich solche Nasen, die unter gewöhnlichen Umständen bei mittlerer Temperatur eine fast normale Farbe zeigen, sehr leicht in der Kälte und dem Winde des Winters, aber ebenso thun sie das auch — und das pflegt den Patienten besonders fatal zu sein — bei reichlichen Mahlzeiten, z. B. in Gesellschaften bei lebhafterer Unterhaltung und dem Genuß einiger Gläser Wein, wie überhaupt bei jeder Erregung, und hierbei fehlt dann auch das Gefühl von Hitze und Brennen nur selten. Aber das alles kann nach ein paar Stunden wieder verschwunden sein zum Beweise, daß es sich keineswegs um Frost handelt. Außerdem würde ja auch letzterer sich nicht im Sommer zeigen nach starken Mahlzeiten 2c., wie es die Kupferröte thut. Diese Verwechselung kann auch nur in jenen leichtesten Fällen statthaben, wo die Röte noch nicht dauernd von der Nase Besitz ergriffen hat, sondern zeitweilig fast ganz verschwindet. Aber auch in jenen Fällen, wo eine dauernde Rötung sich der Nase und ihrer Umgebung bemächtigt hat, macht sich derselbe Wechsel der Erscheinungen geltend, in der Weise, daß die Rötung auf die genannten Veranlassungen hin um so stärker zu werden pflegt. In diesem Zustande kann die Röte der Nase Monate und Jahre lang verharren, sie kann mit der Zeit völlig zur Norm zurückkehren oder auch allmählich in die höheren Grade übergehen. Bei weiterer Ausbildung werden die Pausen immer kürzer, die Rötung immer stärker und hartnäckiger und schließlich ist sie eine bleibende. Indes bleibt damit die Entwickelung des Übels keineswegs stehen. War anfangs bloß die Spitze der Nase ergriffen, so nimmt die Rötung später Besitz von der ganzen Nase und darüber hinaus von der angrenzenden Gesichtsgegend. Ja in schweren Fällen kann fast das ganze Gesicht, der untere Teil der Stirn und das Kinn mit inbegriffen, in die Erkrankung mit einbezogen werden. Die Rötung zeigt natürlich nach der Ausbreitung und

Entwickelung des Übels die mannigfachsten Abstufungen. In ihren Anfängen zeigt sie sich als ein leichtes Blaurot, dem man immer noch eine mehr oder minder starke Beimengung von Weiß ansieht. Bei den weiteren Fortschritten der Nasenröte tritt dies beigemengte Weiß mehr und mehr zurück und es kommt immer mehr zur Entwickelung jener bekannten Rotweinröte der Nase. Die Haut wird dabei immer glatter und glänzender und zeigt sich bei näherem Zusehen durchzogen von einem zarten Netz feinster kirschroter Äderchen. In den schlimmeren Fällen ändert sich dann auch dies noch wieder, indem dann die Haut an Dicke zunimmt und dabei ein mehr oder weniger ausgeprägtes, höckeriges und warziges, ungemein entstellendes Aussehen annimmt. Die Besitzer solcher Nasen müssen sich manchen gutmütigen Scherz und manchen mehr oder minder unzarten Spott gefallen lassen, den man aber doch besser unterläßt, da diese Bedauernswerten schon Herzeleid genug über ihre Entstellung empfinden.

Diese genaue Zergliederung der äußeren Erscheinungen mag manchem weniger interessant erscheinen, als die Erörterung der Frage nach der Natur und der Heilbarkeit des in Rede stehenden Leidens. Beide Fragen sind aber von einander unzertrennlich und diese Krankheit kann wieder einmal als Beispiel dafür angeführt werden, daß die Heilungsaussichten für eine Krankheit um so bessere und gegründetere werden, je mehr unsere Einsicht in ihre Natur und in ihren Zusammenhang mit andern krankhaften Zuständen wächst. Die Heilungsaussichten waren bisher nur sehr geringe. Denn wenn man auch im stande war, die Nasenröte einigermaßen zu bessern, ja unter Umständen ganz zum Verschwinden zu bringen, so waren diese Besserungen doch selten von langer Dauer und die Kranken mußten allmählich lernen, sich in ihr Schicksal fügen und das Übel als ein unheilbares ansehen, wenn sie durch einen oder mehrere vergebliche Heilversuche enttäuscht waren. Das Publikum ist von der Unheilbarkeit schon von vornherein überzeugt, denn es sieht die

Nasenröte einfach an als die Folge und sozusagen die gerechte Strafe für offene oder geheime Trunksucht.

Der Alkoholmißbrauch gilt so allgemein und unbestritten als Ursache der Kupferfinne, daß die böse Welt den eifrigen Versicherungen Rotnasiger hinsichtlich ihres Abscheues vor allen geistigen Getränken einfach keinen Glauben schenkt. Das ist entschieden zu weit gehend. Es ist ja gar nicht zu leugnen, daß das Trinken unter gewissen Umständen einen verschlimmernden Einfluß auf eine bestehende Nasenröte hat, aber die wirkliche veranlassende Ursache liegt doch ganz wo anders. Wie wir später noch sehen werden, ist der „Schinn" der Kopfhaut nicht eine bloße Verunreinigung der Kopfhaut, sondern vielmehr eine Hautkrankheit. Unter gewöhnlichen Verhältnissen pflegt sie weiter nichts als eine Unbequemlichkeit vorzustellen und im Lauf der Jahre den Haarwuchs zu vernichten, aber unter Umständen verhält sie sich wesentlich anders und ihre wahre Natur als Flechte wird dann deutlich offenbar. In diesen Fällen entwickeln sich nicht nur im Bereich des behaarten Kopfes, sondern auch an Stirn, Ohren, Nacken, Gesicht und noch weiter entfernt alle möglichen Formen von Flechten. Besonders häufig sieht man Kinder in dieser Art an Kopf und Gesicht an Ausschlag erkranken (Heidendreck, Milchborke, Grind). Verhältnismäßig häufig kann man nun aber beobachten, daß bei dem Auftreten dieser Flechten in der unbehaarten Nachbarschaft des Haarbodens dieser letztere scheinbar ganz rein und gesund ist und nur den bekannten Schinn zeigt. Je weiter vom „Haarboden" entfernt und je geringfügiger in ihren Krankheitserscheinungen die Flechten sich zeigen, desto schwerer konnte man darauf verfallen, die unscheinbare und so gewöhnliche Erkrankung der Kopfhaut in ursächlichen Zusammenhang damit zu bringen. Es gehört eine große Zahl von Krankenbeobachtungen dazu, um aus der Gleichartigkeit der Erscheinungen und dem gelegentlichen Übergehen der einen Form in die andere den gemeinsamen Grundcharakter heraus zu erkennen. Hierin liegt denn auch

die Ursache dafür, daß man erst so spät den ursächlichen Zusammenhang zwischen Schinn und Nasenröte erkannte und würdigen lernte.

Die Nasenröte ist nun in der That nichts weiter als eine wohlcharakterisierte Hautkrankheit an der Nase und den angrenzenden Teilen des Gesichts, deren Entstehung auf eine gleichartige, aber anders in die Erscheinung tretende Erkrankung der Kopfhaut zurückzuführen ist. Nun ist es also leicht zu verstehen, daß auch ganz solide Herren ebenso wie Damen erkranken können, wofern sie nur an Schinn leiden.

Auf der andern Seite scheint aber doch ein Körnlein Wahrheit zu liegen in dem Volksglauben, der die Nasenröte in Zusammenhang bringt mit dem Trinken. Es wird schon manchem das verhältnismäßig häufige Zusammentreffen einer sehr ausgebreiteten, vollständigen Glatze mit einer weinroten Nase bei Trinkern von verhältnismäßig jugendlichem Alter aufgefallen sein. Dies Zusammentreffen ist nun gewiß kein zufälliges. Unter dem Einfluß des Alkohols leiden fast alle Organe in mehr oder minder schwerer Weise, und es ist am Ende nicht auffallend, daß eine vorhandene Hautkrankheit wie der Schinn eine Verschlimmerung erfährt und nunmehr Wirkungen hervorbringt, die ihr sonst nicht in dem Maße eigen sind: besonders frühzeitigen und vollständigen Verlust des Kopfhaares durch den Schinn und das Übergreifen dieser Hauterkrankung auf die Haut von Nase und Gesicht in Gestalt der bekannten Rötung. Die stärksten Grade der Nasen- und Gesichtsröte sieht man aus diesem Grunde im Wirtshaus, während bei Damen dieselben überhaupt nicht vorzukommen scheinen. Da nun aber der Schinn und nicht das Trinken die wahre Ursache der Nasenröte ist, so soll man sich wohl hüten, jemanden bloß deswegen des übermäßigen Trinkens zu verdächtigen, weil er das Unglück hat, an Schinn und Nasenröte zu leiden. Über die Heilbarkeit und die Maßregeln zur Heilung der Nasenröte lassen sich hier nur Andeutungen machen, denn es ist nicht gethan mit der Mahnung

des einen oder anderen „Rezeptes". Durch die Erkenntnis von dem Zusammenhang der Kupferröte mit dem Schinn haben sich auch die Heilungsaussichten ganz bedeutend gebessert. Bei der bisherigen rein örtlichen Behandlung erreichte man nur zeitweilige Besserungen, keine eigentliche Heilung, weil mit dem Aufhören der Behandlung die alten Einwirkungen von der Kopfhaut aus sich sofort wieder in der alten bekannten Weise Geltung verschafften. Damit soll nun keineswegs gesagt sein, daß die dauernde Heilung ganz leicht und so zu sagen jedermanns Ding sei. Das ist schon deshalb nicht der Fall, weil derartige Fortschritte auf dem Felde der Hautkrankheiten dem Nichtspezialisten bei dem natürlichen Lauf der Dinge erst nach Jahren oder gar nicht bekannt zu werden pflegen. Der Spezialist hat außerdem vor dem praktischen Arzt den Vorsprung, daß er derartige Kranke häufig zu behandeln hat und dadurch mit allen kleinen Eigentümlichkeiten des Leidens ebenso wie mit den verschiedenen Heilmethoden aufs genaueste vertraut ist. Aber nicht jeder hat Gelegenheit, sich mit einem sachkundigen Spezialisten behufs einer gründlichen Kur in Verbindung zu setzen und wird deshalb zufrieden sein müssen, andere Mittel kennen zu lernen, die wenigstens teilweise oder zeitweise helfen.

Als wirksamstes äußeres Mittel hat von jeher der Schwefel gegolten und das ganz mit Recht. Von den mannigfachen Formen der Anwendung möchte das einfachste der Gebrauch des Kummerfeldschen Waschwassers (Nr. 49) sein, das man in jeder Apotheke erhält. Der Bodensatz wird abends auf die leidenden Teile aufgepinselt. Am andern Morgen wischt man ihn trocken wieder ab. Man kann es auch mit heißem Waschwasser wieder abwaschen, wie überhaupt der Gebrauch des heißen Wassers sehr empfehlenswert ist bei diesem Leiden. Daneben erweist sich der äußere und innere Gebrauch des Ichthyol (dreimal täglich 5 bis 10 Tropfen in Wasser) als außerordentlich förderlich und zwar namentlich in den Fällen, wo an anderen Körperteilen sich ähnliche Zeichen von Stockung des Blutlaufes

z. B. an blauroten feuchten Händen, an feuchten und stets kalten Füßen. Gar nicht selten findet man dabei Unregelmäßigkeiten des Magens und Darmes, und hier wird sich dann der Gebrauch einer leicht abführenden Brunnenkur als außerordentlich heilsam erweisen. Auch das Ichthyol wirkt wohl großenteils gerade in diesem Sinne, indem es vorhandene Magen- und Darmkatarrhe wohlthuend beeinflußt. — Von anderer Seite wird auch eine mit Benzoetinktur versetzte Boraxlösung (Nr. 55) als ein gutes, nicht auffälliges Mittel empfohlen, das man zweimal am Tage auf die erkrankten Teile aufpinselt. — Es giebt nun noch eine ganze Anzahl von Mitteln, welche mit mehr oder weniger Erfolg sich verwenden lassen. Wo die mitgeteilten nicht den gewünschten Erfolg haben, wird man auch mit andern nicht viel erreichen und durch ihre Aufzählung nur Verwirrung anrichten. Die Aufgabe dieser Zeilen kann es im Grunde ja auch nur sein, Aufklärung über die Natur und die Heilbarkeit des besprochenen Leidens zu geben und dem Patienten, der ohnehin an sich selbst nie ein guter Doktor sein kann, den Weg zur Heilung zu zeigen.

---

15. Schmerfluß.

Bei allen bisher besprochenen Affektionen der Talgdrüsen, den Mitessern, Finnen, Kupferröte, wurde regelmäßig eines Begleitumstandes erwähnt, der im höchsten Grade unangenehm war, nämlich des schmierigen glänzenden Ölüberzuges entweder des ganzen Gesichts, oder nur eines Teiles desselben, z. B. der Nase und Wangen.

Doch kommt dies Leiden auch mehr oder weniger selbstständig vor unter der Bezeichnung „Schmerfluß“ als Ausdruck einer überreichlichen, krankhaft gesteigerten Fett- und Talgabsonderung von seiten der Talgdrüsen. Dabei zeigt die Haut, wenn nicht die genannten Krankheiten in mehr oder minder

hohem Grade an sich eine Rötung bedingen, bei diesem Schmerfluß gewöhnlich eine ganz normale Farbe. Je nachdem die festen oder flüssigen Bestandteile in dem in krankhafter Massenhaftigkeit produzierten Hauttalg vorwiegen, ist die Haut entweder mit einem trockenen Schuppenbelag oder mit einem flüssigen Überzug wie von reinem Öl überzogen. Der in der ersteren Form auftretende Schmerfluß ist den Müttern wohlbekannt als die „Milchborke" oder „Kopfgrind" (Gneis) der kleinen Kinder. Von anderen schuppenartigen Hautkrankheiten unterscheidet sich dieser Schmerfluß dadurch, daß die darunter befindliche Haut nach der Entfernung der Schuppen vollkommen normal erscheint, weder gerötet noch nässend, nur die Talgdrüsen sieht man manchmal als verhältnismäßig große klaffende Poren auf der Hautoberfläche münden. Man kann bei genauerem Zusehen sogar zuweilen bemerken, daß in den Talgdrüsen selbst die gleichen trockenen Massen stecken und an der Unterseite der abgehobenen Krusten finden sich ziemlich regelmäßig verteilt kleine zapfenartige, offenbar abgerissene Hervorragungen, welche genau in jene weit offenstehenden Talgdrüsenmündungen hineinpassen, so daß also die Krusten sich bis auf den Grund der Talgdrüsen fortsetzen. Solcher trockener Schmerfluß kann sich an allen Teilen des Körpers finden, wenn er auch an Kopf und Gesicht am häufigsten vorkommt. Die weitere Verfolgung dieses Gegenstandes würde zu weit in ein nur den Ärzten vertrautes Gebiet hinüberleiten, indem sich der Laie rat- und pfadlos verirren müßte. Deshalb kann uns hier nur jener erst erwähnte Ölschmerfluß beschäftigen, von dem häufig junge Leute in den Entwicklungsjahren heimgesucht werden. So oft sie sich das Gesicht auch abwischen oder abwaschen mögen, immer erscheint es fettglänzend und schmierig, besonders im Sommer, wo sich die Fettabsonderung noch bedeutend steigert.

Diese in hohem Maße lästige und keineswegs zur Zierde gereichende Plage wird noch dadurch in sehr unangenehmer Weise gesteigert, daß aller Staub ungemein leicht an dem fetten

Überzuge haftet, was sich vornehmlich in Fabrikstädten mit ihrem reichlichen Kohlenstaub sowie in trockener staubreicher Jahreszeit oder in staubigen Lokalen in unliebsamster Weise geltend macht. Auch bei dieser Art von selbständigem, gewöhnlich in den Entwicklungsjahren auftretenden Schmerfluß handelt es sich meist um eine Begleiterscheinung der schon mehrfach erwähnten „Schmerflechte“. Die Mehrzahl der mit dieser überreichlichen Fettbildung im Gesicht Behafteten wird also auch am Schinn auf dem Kopfe leiden und erst von der Beseitigung dieses Leidens eine Heilung auch hierfür erwarten dürfen.

An örtlichen Mitteln empfiehlt sich vor allem ein sehr häufiges Waschen mit möglichst heißem Wasser und dem bereits erwähnten Kaliseifengeist (Nr. 46). Die Waschungen nimmt man sehr energisch mittelst Flanelllappen (S. 137) mehrmals am Tage vor. Am Morgen wendet man nach dem Waschen austrocknende Pulver (Puder) an, wie Zinkoxyd (Nr. 67), präparierten Talk, Poudre de Riz und dergleichen (Nr. 45 und 48), in hartnäckigen Fällen bedarf es nach dem Abseifen kräftiger Abreibungen mit dem gewöhnlichen Leinöl. Damit muß man geduldig längere Zeit fortfahren, um Erfolg damit zu haben. Eine zarte Haut verträgt die energischen Abreibungen mit Flanell und Seife schlecht, und verlangt eine mildere Behandlung mit Abfall- oder gewöhnlicher Toiletteseife, während im übrigen das Verfahren dasselbe bleibt.

---

16. Hautgries.

Außer den Mitessern giebt es noch eine andere Form von Talgdrüsenerkrankung, welche gleichfalls in der Zurückhaltung des Hauttalges in der Talgdrüse besteht, den sogenannten Hautgries. Auf der sonst gesunden Haut sieht man durch die Oberhaut hindurchscheinende und etwas über dieselbe hervorragende

weißliche oder gelbliche, grieskorn- bis stecknadelknopfgroße Körnchen von rundlicher oder unregelmäßiger Gestalt und ziemlich derber Konsistenz, so daß die Haut dem darüber hinfahrenden Finger rauh oder gekörnt erscheint.

Der Hauptstandort dieser Grieskörnchen sind zarte Hautpartieen, hauptsächlich das Gesicht, zumal die Augenlider und ihre nächste Umgebung, Wangen, Schläfen und Lippensaum, und oft sind sie so zahlreich, daß das ganze Gesicht dadurch ein weißliches Ansehen bekommt. Wenn man so ein von der Oberhaut bedecktes Grieskorn mit einer scharfen Nadel (Nähnadel) ansticht und aufschlitzt, so kann man durch die Nadel oder den Druck des Daumennagels ein kleines Körperchen herausbefördern, welches, von dem fehlenden „Köpfchen" und der etwas größeren Härte und von der Gestalt abgesehen, einem Mitesser in allen Stücken gleicht. Die Grieskörner bestehen nämlich gleichfalls aus dem eingedickten Inhalt von Talgdrüsen, der nicht nach außen zu gelangen vermag. Die Talgdrüsen füllen sich nach und nach so prall, daß sie über die Hautoberfläche hervorragen. Unter Umständen können Mitesser und Grieskorn sich einander ziemlich vollständig gleichen, nur fehlt bei letzterem immer der schwarze Punkt. Ein weiteres unterscheidendes Merkmal besteht darin, daß sich die Grieskörner niemals entzünden und sich also nie zu Finnen entwickeln.

Über den Anlaß des gleichzeitigen Verschlusses so massenhafter Talgdrüsenmündungen ist näheres nicht bekannt. Man beobachtet diesen Hautgries hauptsächlich bei blutarmen Mädchen und Frauen mit sehr zarter bläßlicher Haut von der zweiten Hälfte der Zwanziger an.

Wenn auch an sich für die Gesundheit ohne die mindeste Bedeutung, so vermag doch der Hautgries so verunzierend zu wirken, daß seine Beseitigung notwendig erscheint. Durch scharfes Rasieren befreit man die Stellen, die man damit erreichen kann, am schnellsten, es wissen aber nur wenige Damen mit diesem männlichen Instrumente umzugehen. Wer eine

Geduldsprobe nicht scheut, mag die einzelnen Grieskörner mit der Nähnadel aufschlitzen und dann ausdrücken. Der Erfolg lohnt die Mühe. Von medikamentösen Mitteln wäre zu nennen die Boraxlösung (Nr. 55), über deren Gebrauch schon an anderer Stelle das Nähere gesagt ist, aber dieselbe führt natürlich nur langsam zum Ziele. Schneller wirkt das abendliche Einreiben mit grüner Seife, das man so oft wiederholt, bis die Haut sich zu röten beginnt.

---

17. Die Pflege der Nägel.

Eine Hand mag im übrigen noch so schön geformt und noch so gut gehalten sein, ohne sorgfältig gepflegte Nägel macht sie nur einen halben Eindruck. Die Pflege der Nägel erfordert eine unausgesetzte Aufmerksamkeit, so daß man unwillkürlich aus der Art, wie jemand seine Nägel hält, einen Rückschluß auf seine soziale Stellung und seinen Bildungsgrad zu machen geneigt ist. Schmutzige oder gar abgebissene Nägel haben schon manchem bei der ersten Begegnung mit andern, wo ja aus Mangel an Bekanntschaft und aus andern Gründen für die Beurteilung oft Kleinigkeiten den Ausschlag geben, alle Sympathieen verscherzt, und sind zu einem bestimmenden, aber nicht fördernden Moment für die ganze spätere Laufbahn geworden. Schmutzige, vernachlässigte Nägel fallen sofort ins Auge und erwecken sehr leicht ein ungünstiges Vorurteil gegen den Betreffenden. Es mag das unrecht und auch nicht immer zutreffend sein, aber es ist einmal so und schließlich mag es doch auch nur wenige geben, welche nicht ein Gefühl des Ekels erfaßt beim Anblick einer Hand, an der sämtliche Nägel abgekaut sind, oder wenigstens ein Gefühl eines gelinden Widerwillens, wenn man sich jemanden gegenüber befindet, bei dem breite schwarze Nagelsäume die Vermutung nahe legen, daß ihr Besitzer wenig

auf sich hält und vielleicht noch weniger auf Reinlichkeit im allgemeinen giebt. Nun kann man freilich nicht behaupten, daß das Gegenstück davon, jene weit über die Fingerspitze hervorragenden, in eine scharfe Spitze auslaufenden, aufs sorgfältigste gehätschelten Krallennägel viel anmutendes an sich hätten, wenn sie auch für schön ausgegeben werden. Sie sind das sorgfältig kultivierte Symbol eines reichen Müßiggängers, der seine Zeit nicht auszufüllen weiß, oder eines Gecken, der seine kostbare Zeit vergeudet, um für einen Reichen gehalten zu werden, der müßig gehen könne. Es ist nur ein Schritt weiter, den die reichen chinesischen Herren gethan haben, deren goldgeschützte nie geschnittene Nägel den unwiderleglichen Beweis liefern, daß ihr Besitzer nicht arbeitet, weil er zu arbeiten nicht nötig hat.

Über die Fingerspitze hinausstehende Nägel sind nicht nur in hohem Grade unschön, sondern auch unpraktisch und für den ordentlichen Gebrauch der Hände hinderlich. Anderseits dürfen aber die Nägel auch nicht zu kurz geschnitten sein, weil sie dann gleichfalls ihren Zweck nicht erfüllen können, der nicht bloß darin besteht, der weichen Fingerspitze sowohl beim Fassen als beim Greifen und Hantieren einen gewissen Halt zu geben, sondern ihr zugleich eine größere Länge zu sichern. Die üblen Folgen zu kurzer Nägel vermag man am besten zu beobachten bei Leuten, welche gewohnheitsmäßig ihre Nägel abbeißen. Die an ihrem Ende des Haltes beraubte Fingerspitze verliert erheblich an Länge zu Gunsten jener bekannten unschönen Keulenform, welche man an Händen, deren Nägel aus irgend einem andern Grund regelmäßig kurz gehalten werden, gleichfalls wiederfindet.

Somit gestaltet sich schon das meist ebenso gedankenlos wie sorglos ausgeführte Nägelschneiden zu einer doch nicht ganz unwichtigen Maßregel. Es lassen sich kaum Vorschriften geben über die Häufigkeit des Schneidens, weil die Nägel nicht nur bei verschiedenen Personen und an Händen und Füßen, sondern sogar bei derselben Person je nach Jahreszeit und Gesundheitszustand mit ungemein verschiedener Schnelligkeit

wachsen. Man kann eben nur sagen, daß die Nägel an den Händen wie an den Füßen stets in gleicher Länge mit der Fingerspitze gehalten werden sollen und zwar so, daß der vordere Rand des hervorstehenden freien Stückes des Nagels dem hinteren stets parallel bleibt; der vordere freie und der hintere angewachsene Rand dürfen an den Enden (den Seitenrändern) also nicht zusammentreffen. Der neugeschnittene Nagel soll weder über die Fingerspitze hervorragen, noch hinter ihr zurückstehen. Es ist eine allgemein verbreitete Sitte oder vielmehr Unsitte, die Nägel an den Ecken, resp. Seitenränden mehr zu beschneiden als in der Mitte, so daß dieselben an den Seiten kürzer oder vertieft erscheinen. An den Händen macht das noch nicht so viel aus wie an den Füßen, wo es recht verhängnisvoll werden kann, indem das Kurzschneiden der freistehenden Seitenränder, falls nur die übrigen Bedingungen dazu vorhanden sind, der Hauptanlaß ist zur Entstehung des gefürchteten Einwachsens des Nagels. Darum ist es gerade für die Zehen, namentlich die große, so wichtig, daß man die Nägel nur quer abschneide, d. h. also sie durch das Schneiden bloß verkürze, aber niemals verschmälere. Das gilt auch für die Hand. Man muß nur einmal wohlgepflegte und nach diesen Grundsätzen beschnittene Nägel gesehen haben, um sofort den Eindruck zu empfangen, wie dadurch nicht nur die Nägel außerordentlich in ihrer kosmetischen Erscheinung gewinnen, sondern auch die Fingerspitzen selbst viel länger erscheinen, wodurch die ganze Hand zu ihrem großen Vorteil eine weit schlankere und allmählich sich verschmälernde Form bekommt.

Das Nagelschneiden selbst sieht man gleichsfalls in den meisten Fällen ziemlich unzweckmäßig, um nicht zu sagen roh ausführen, indem jede beliebige Schere für gut genug zu dem Zweck gelten muß. Wirklich gut lassen sich die Nägel nur mit einem scharfen Messer verschneiden. In Ermangelung eines solchen kann man allerdings, nachdem man die Nägel durch längeres Waschen in warmem Seifenwasser genügend erweicht

hat, die Kürzung auch mit einer kräftigen und im Schluß festen, möglichst scharfen Schere vornehmen; aber selbst hierbei spaltet und splittert sehr häufig der vordere Nagelrand entzwei und zwar um so ärger, je schlechter die benutzte Schere und je trockener und spröder der Nagel ist. Dies Absplittern verführt dann zu immer weiterem Zurückschneiden des Nagels und es dauert lange Zeit, ehe er seine richtige Länge wieder erlangt hat. Nach dem Schneiden rundet man mit einer kleinen Nagelfeile die vordern Ränder und Ecken etwas ab, aber nur soviel, daß sie ihre Schärfe verlieren; mit Messer und Schere wird man hierbei immer zu viel fortnehmen. Den unter dem Nagel angesammelten Schmutz entfernt man bei jedem Händewaschen am besten durch fleißigen Gebrauch der Nagelbürste und falls das nicht ausreicht, mit einem stumpfspitzigen Hölzchen (zugespitztes Streichholz); auch in der Zwischenzeit bedient man sich zur Ausräumung des Schmutzes lieber eines solchen spitzigen Hölzchens, als eines Messers oder anderer metallener oder scharfer Instrumente, welche stets den am Grunde der Falte befindlichen rauhen Epidermisrand reizen und rauher machen, so daß der Schmutz mit der Zeit nur immer leichter und massiger darin haften bleibt. Auf die Reinheit der Nägel hat man ganz besondere Sorgfalt zu verwenden, denn man kann Hände so lange nicht für rein gelten lassen, als die Nägel noch schmutzig sind.

Gleiche Sorgfalt wie der vordere Nagelrand verlangt auch der hintere. An vernachlässigten Händen bemerkt man sehr häufig ein weißes halbmondförmiges Häutchen, welches vom hinteren Teil des Nagelfalzes herkommend und nach vorn zu immer dünner werdend auf dem Nagel aufliegend das „Möndchen“, den hinteren weißen Teil des Nagelbettes, zu verdecken sucht; zugleich kann man dann meist auch beobachten, wie sich zu beiden Seiten die Enden dieses Häutchens in Gestalt einer nach vorn sehenden Spitze vom seitlichen Nagelfalz losgelöst haben als erster Anfang zur Bildung eines Neid- oder Rißnagels. Neidnägel findet man nur an kosmetisch vernachlässigten

Händen. Also nicht bloß um der schönen Erscheinung, sondern auch um der Gesundheit willen ist es erforderlich, den hinteren Teil des Nagelfalzes täglich mit dem Daumennagel der andern Hand oder, wenn man es vorzieht, mit einem beinernen oder hölzernen falzbeinartigen Instrument (nicht mit einem Messer oder dergleichen) zurück zu drängen, und gleichzeitig von seiner Unterlage zu lösen, in der Weise, daß das Möndchen mehr zum Vorschein kommt.

An der Rückenfläche des Nagels gewahrt man unter Umständen rundliche Querfurchen, von deren Entstehung und Bedeutung schon früher die Rede war. Gleichfalls und zwar im Normalzustande findet sich eine große Anzahl feiner Längsstreifen, die für gewöhnlich dem Glanz und der Farbe des Nagels keinen Eintrag thun. Geschieht das dennoch, so kann man die Nägel durch ein Polierpulver (Nr. 56) Poudre pour les ongles oder Nail-powder — wie die sprachkundigen Friseure es nennen — glätten.

Man verwendet dazu das passend gefärbte und parfümierte Zinnoxyd, dasselbe Mittel, das zum Polieren des Schildkrots benutzt wird. Entweder besorgt man die Prozedur mittelst eines Fingers der andern Hand oder mittelst eines eigenen lederüberzogenen Polierholzes. Doch ist ersteres als milder vorzuziehen. Hände und Nägel müssen aber durchaus trocken sein, man darf das Polieren also erst längere Zeit nach dem Händewaschen vornehmen.

Zu häufiges oder gar tägliches Polieren ist jedenfalls vom Übel, aus demselben Grunde, aus dem auch das häufige Abschaben des Nagels, um ihn dünner und rosiger erscheinen zu lassen, zu vermeiden ist. Man macht dadurch den Nagel so dünn und schwach, daß er der Fingerspitze nicht mehr den gehörigen Halt zu gewähren vermag, zum Schaden für die lange schlanke Gestalt des letzten Fingergliedes.

Die Orientalen treiben die Kultur der Nägel noch weiter, indem sie dieselben gelb oder braun färben mit Henna (arab.

al-henna), den gepulverten Blättern des Cyperstrauches (der Kopher der Bibel). In der ganzen arabischen Welt, ebenso in Ägypten färben namentlich die Frauen ihre Nägel auf diese Art. Diese Färberei ist eine schöne Sitte für unreinliche Menschen und Völker, denn sie verdeckt den Schmutz unter den Nägeln vorzüglich. Für das Alter dieser Sitte wie für die Dauerhaftigkeit der Farbe sind die noch heute schwarzbraunen Fuß- und Fingernägel der Mumien, welche aus der Zeit der IV. Dynastie, also aus einer 4000 Jahre hinter uns liegenden Zeit stammen, das beste Zeugnis.

Eine wegen ihrer schlimmen kosmetischen Folgen ebenso bedenkliche als auch an sich ekelhafte Angewohnheit darf hier nicht unerwähnt bleiben: das Nägelkauen. Abgesehen von der durch das Nägelkauen zuwege gebrachten Verunstaltung der letzten Fingerglieder, welche sich, ihres Schutzes und Haltes beraubt, in auffallender Weise verkürzen und in die Breite gehen, so daß sie kolbig anschwellen und im ganzen nicht bloß kürzer werden, sondern wegen ihrer größeren Dicke mehr noch erscheinen, so gewähren die oft bis ins Nagelbett abgekauten Nägel und die wie zerfleischt aussehenden Finger einen höchst widerwärtigen Anblick. Derselbe ist manchen Menschen in so hohem Grade zuwider, daß er ihnen gleichzeitig die ganze Person ein- für allemal verleidet. Aber auch ihre Gefahren hat diese üble Angewohnheit, indem leicht giftige Stoffe in die manchmal bis in die eigentliche Lederhaut gehenden Rißwunden gelangen und dann zu Saumgeschwüren und Entzündungen der Finger Anlaß geben (Nagelwurm). Man sieht häufiger Kinder als Erwachsene der üblen Leidenschaft frönen, weil mit den Jahren, wo der Verstand kommt, auch die Willensstärke sich herauszubilden pflegt, welche nötig ist, um ihr zu entsagen. Bei Kindern wird man auch durch Mahnen und Strafen weniger erreichen, als durch das Verleiden oder die mechanische Verhinderung. Ersteres erreicht man am besten durch die mehrmals täglich nach dem Waschen und abends noch einmal vor-

genommene Einpinselung sämtlicher Fingerspitzen mit einer Mischung von Quassiatinktur mit Aloetinktur und Bernsteinöl (Nr. 57). Der bittere scheußliche Geschmack dieser Tinktur hat so viel abschreckendes, namentlich für kindliche Geschmacksorgane, daß nur ein wahrer Heroismus im Nägelkauen — oder die Klugheit der Kinder diesem Mittel widersteht. Sobald nämlich die Kinder klug genug dazu sind, waschen sie sich bei der ersten erreichbaren Waschgelegenheit die Finger, um ungestört ihrem Vergnügen nachhängen zu können. Erst später wieder, wenn die jungen Menschen zu der nötigen Einsicht gelangt sind, um selbst den Entschluß zur Abgewöhnung zu fassen, ist diese Art der Verbitterung des Vergnügens ein sehr willkommenes Beihilfsmittel zur Abstellung desselben. Jenen Kindern, bei denen man mit der Verbitterungsmethode nicht zum Ziel kommt, weil sie sich waschen, muß man das Nägelkauen unmöglich zu machen suchen durch das Überziehen von Handschuhen, tags sowohl wie nachts, und muß dann selbstverständlich das Ausziehen derselben, wo sich das nötig macht, durch Zunähen am Handgelenk verhindern. Wenn das auch wegen der wochenlangen Fortsetzung der Maßregel ein sehr unbequemes Verfahren ist, so wird mancher das Opfer doch gern bringen um des Zwecks willen.

---

18. Neidnägel, Rißnägel.

Die Neidnägel, welche infolge vernachlässigter Nagelpflege in bereits (S. 156) angedeuteter Art und Weise entstehen, erfordern besondere Sorgfalt. Dieselben können sich nämlich zu Geschwüren und Entzündungen weiter entwickeln, da sie bis in die Lederhaut hineingehende offene, nässende oder blutende Wundspalten bilden, in denen sich giftige Stoffe um so leichter festsetzen, als die Fingerspitzen der Berührung mit allem erdenkbaren Schmutz besonders häufig ausgesetzt sind.

Zur Verhütung des Entstehens genügt eine sorgfältige Nagelpflege vollkommen, insbesondere das tägliche, bereits besprochene Zurückschieben des hinter dem Möndchen gelegenen Teils des Nagelfalzrandes und die sorgfältig ausgeführte Entfernung der etwa an den Seiten schon abgelösten, nach der Fingerspitze zu sehenden Fortsätze.

Bereits bestehende Neidnägel darf man aber nicht, wie es unbegreiflicher Weise oft geschieht, mit den Zähnen abbeißen oder abreißen, weil dabei regelmäßig tiefere, leicht zu Saumgeschwüren sich ausbildende Wunden entstehen. Zum Entfernen der Neidnägel bedient man sich vielmehr einer kleinen scharfen Schere oder eines feinen scharfen Federmessers, womit man sie glatt am Grunde abträgt. Die kleinen Risse und Wunden beizt man am besten einmal ordentlich mit Höllenstein aus, oder man kann sie auch mit Karbolwasser auswaschen, worauf die Heilung eintritt, ebenso wie die Neidnägel nicht wiederkommen, wenn man den Saum sorgfältig in der oben bezeichneten Weise behandelt.

---

19. Das Einwachsen des Nagels.

Wenn man ganz allgemein von dem Einwachsen des Nagels spricht, so beruht das auf einer unrichtigen Anschauung, denn nicht der Nagel wächst ins „Fleisch“ (d. h. in die Haut), sondern das „Fleisch“ wächst über den Nagel hinüber. Läge der Fehler darin, daß der Nagel in das Fleisch „hineinwüchse“, was er ja nur bei einer zu großen Länge thun könnte, so müßte sich dem Übel unendlich leicht durch das Kürzen des langen Nagels abhelfen lassen. Man findet nun aber nie einen zu langen, sondern stets einen bereits viel zu kurzen Nagel eingewachsen.

Welche Anschauung man von der Entstehung eines Übels hat, ist keineswegs gleichgültig, weil diese Anschauung natürlich maßgebend sein wird bei der Einleitung eines jeden Heil-

verfahrens. So lange man für das Einwachsen Skrophulose oder andere innere Krankheiten glaubte verantwortlich machen zu müssen, wurde die Heilung hauptsächlich durch innere Mittel angestrebt, natürlich vergeblich, wenn nicht durch die erforderlichen äußeren Maßregeln zugleich in wirksamer Weise für die Heilung gesorgt wurde. Später kam die Meinung auf, das Einwachsen des Nagels beruhe auf einer Verbreiterung des Nagels selbst, der infolge dessen nicht mehr genügenden Platz in dem Falz fände und nun in die Haut („ins Fleisch") des Falzes hineinwachse. Die Breite des Nagels hängt aber durchaus nur von der Breite des Bodens ab, auf dem er wächst, und der reicht nie weiter als bis grade in den Nagelfalz, denn der Falz beginnt immer erst da, wo jener, das Nagelbett aufhört.

Und namentlich dort, wo das Übel ausnahmslos seinen Anfang nimmt, an dem vordersten Ende des Nagels, wo derselbe bereits fertig und unveränderlich geworden ist, kann von einer nachträglichen Verbreiterung nicht mehr die Rede sein. Auf Grund dieser Theorie von der Verbreiterung des Nagels wurde von Dupuytren eine haarsträubende Operation eingeführt und vielfach ausgeübt, die Ausrottung des „verbreiterten" Nagels mit samt dem daran sitzenden Teil des Nagelfalzes und Hautstückes. Man stach — das Chloroformieren kannte Dupuytren noch nicht — mit einer spitzen starken Schere vorn unter den Nagel bis ganz nach hinten hin, schnitt dann den Nagel durch und riß ihn nun nach beiden Seiten hin ab, indem man ihn mit einer sicherfassenden Kornzange aufrollte; dann wurde ein hinreichendes, am seitlichen Nagel entlanglaufendes Stück Haut herausgeschnitten und nun die Wunde nach allen Regeln der Kunst im Verlauf der nächsten 2 bis 3 Wochen geheilt. Die Operation war probat, es meldete sich niemand zum zweitenmale, aber sie war auch eine harte Strafe für die Sorglosigkeit bei der Auswahl des Fußzeuges und einige Ungeschicklichkeit beim Nägelschneiden.

Denn andere Entstehungsursachen für das Einwachsen des Nagels giebt es nicht. Das Übel beginnt stets am vorderen Ende des seitlichen äußeren oder auch inneren Nagelrandes, dort, wo der freie Teil des Nagels beginnt. Schneidet man den Nagel sehr kurz, weil das Oberleder des zu kurzen Schuhwerkes durch seinen fortwährenden schmerzhaften Druck dazu auffordert, so wird sofort dieser selbe Druck die Haut von vorn her in die Höhe drängen, so daß sie über die Rückenfläche des Nagels emporquillt. In dieser Lage schiebt sich nun natürlich das vordere freie Ende des Nagels direkt in die Haut hinein, am stärksten an den Seitenenden, wo die Nagelecken so zu sagen in einer Tasche liegen, welche seitwärts von dem Falz und vorn von der stark nach rückwärts über den vorderen Nagelrand gedrängten Haut gebildet wird. Aus diesem Grunde zeigen namentlich Nägel, welche wegen besonders starker Krümmung nach den Seiten zu in einem sehr tiefen Falz stecken, eine große Neigung zum Einwachsen, weil bei ihnen das richtige Beschneiden erhöhten Schwierigkeiten unterliegt. Denn gerade bei ihnen erreicht das Messer das vordere Ende des in der Tiefe des Falzes versteckten Seitenrandes so schwer, zumal wenn derselbe abgespalten ist. Dadurch kommt es zur Bildung eines nach vorn sehenden Dornes, welcher sich tief in die Haut bohrt, um so stärker, je mehr das zu kurze Fußzeug die Haut der Zehenspitze nach hinten zu gegen den Nagel zurückdrängt. Die Haut wird schmerzhaft und wund und schwillt infolge des entzündlichen Reizes noch mehr an. Auf diese Weise gerät die spitze Nagelecke nur noch tiefer in den Falz und entzieht sich wegen der Schmerzhaftigkeit der Berührung nun erst recht einer eingehenden Besichtigung. So nimmt meist, auch wenn jetzt weiteres Fußzeug die Zehenspitze von ihrem Druck entlastet, das Übel seinen Lauf, weil die vorwärts wachsende, in der Wunde einmal feststehende Nagelecke es nicht zur Heilung kommen läßt, im Gegenteil durch den in die Wunde hineingelangenden Schmutz die Zersetzung des sich bildenden Eiters unterstützt, und bei jedem

Schritt aufs neue einen die Wunde verschlimmernden Reiz ausübt. Unter allmählicher Vermehrung des Eiters wächst dann „wildes Fleisch" aus dem Nagelfalz hervor, und bei aufmerksamer Betrachtung des Nagels bemerkt man zu dieser Zeit auch eine Gelbfärbung desselben in der Nachbarschaft der schmerzhaften Stelle, zum Zeichen der Ausdehnung des eiternden Geschwüres bis weit unter den nun von seiner Unterlage sich ablösenden Nagel. Die weitere Verfolgung des Übels bis zur Entzündung der Zehe oder gar der Knochenhaut des Zehenknochens liegt außerhalb der Grenzen dieser Schrift. Diese Zustände erfordern unbedingt das Einschreiten eines Arztes, was hier ausdrücklich bemerkt werden muß, da merkwürdigerweise sehr viele trotz der ernsten Natur der bis zu diesem Grade gediehenen Krankheit die Hilfe und die Ratschläge von allen möglichen Quacksalbern, Barbieren oder dergl. bei derartigen „kleinen" Leiden der Zehen für ausreichend halten. Und doch sind die Leiden, die der Patient aushalten mußte, bis es soweit gekommen ist, oft so groß, daß er dann die Erlösung davon um jeden Preis, selbst um den der oben geschilderten Dupuytrenschen Operation zu erreichen trachtet. Die letztere ist indes in keinem Falle nötig, denn man kann selbst noch schlimmer aussehende Fälle zur Heilung bringen, wenn man seine Maßregeln nur im steten Hinblick auf die Entstehungsursachen des Einwachsens einrichtet.

Zunächst hat jeder die Verhütung des Einwachsens in der Hand. Wer bei der Anschaffung neuen Fußzeuges darauf achtet, daß die (durch das Oberleder gebildete) Stiefelspitze vorne 3 oder wenigstens 2 cm vor dem Ende der großen Zehe sich befindet, was überhaupt schon aus andern Gründen von gutsitzendem Fußzeug notwendig verlangt werden muß, wird nie von einem nach rückwärts auf die große Zehe wirkenden Druck des Oberleders zu leiden haben, und also auch wenigstens dadurch zu einer zu weitgehenden Kürzung des Nagels nicht verleitet werden. Diese als die eigentliche letzte Ursache des Ein-

wachsens muß man gleichfalls mit Sorgfalt vermeiden und sich deshalb zur strengen Regel machen, den Großzehennagel immer nur der Quere nach und namentlich nie mit der Spitze des Messers oder der Schere zu verkürzen und nie die seitlichen Ecken besonders abzuschneiden; mit andern Worten, man soll nie etwas anderes von dem Großzehennagel abschneiden, als was über die vordere Grenze der Zehe hinausragt. Diese Methode des Beschneidens schützt auch ganz sicher vor dem Stehenbleiben jener kleinen, nach vorn sehenden Spitzen des seitlichen Nagelrandes, von denen bereits die Rede war. Nun kommt es ja trotzdem hin und wieder zum Einwachsen des Nagels, doch trägt nicht diese Methode schuld daran, sondern der Umstand, daß ein kleines vom Seitenrande des Nagels abgespaltenes Stück in der Tiefe des Falzes unbemerkt sich festbohrt und einwächst. Solche Spaltstücke muß man möglichst weit zurückstutzen und zwar durch einen schrägen Schnitt, damit die von der Seite andringende Haut dieses Randstück beim Vorwärtswachsen stets an den Nagel herandrängt. Diese abgespaltenen Stücke sind es auch, welche zuweilen das Einwachsen des Nagels bei lange dauerndem Krankenlager zur Folge haben, wenn nämlich während dessen das Nagelschneiden nicht mit der gehörigen Achtsamkeit und Gründlichkeit besorgt wird.

Zur Heilung des bereits eingewachsenen Nagels ist eine Unzahl von Mitteln vorgeschlagen worden und immer tauchen noch neue auf. Sobald es einmal durch den eingewachsenen Nagel zu einer nässenden oder eiternden Wunde gekommen ist, einerlei ob groß oder klein, so ist der Nagel als die stets fortwirkende Ursache der Eiterung anzusehen und als solche zu behandeln, d. h. zu entfernen; alles andere nützt zunächst gar nichts. Man muß nun in diesem Fall durch einen schiefen Schnitt mit einer festen scharfen kleinen Schere ein keilförmiges Stück abtragen, dessen Spitze noch bis hinter das hintere Ende des Geschwüres reicht, und gerade hier sehr genau darauf achten, daß man am Rande nichts stehen läßt, was eine nach vorn

sehende Spitze bilden könnte. Überhaupt darf von dem Nagel, soweit er sich von seiner Unterlage losgelöst hat, nichts stehen bleiben, weil sonst das den Nagel loslösende eiternde Geschwür immer weiterfressen würde. Das Geschwür selbst wird nun in der Mehrzahl der Fälle bei guter Behandlung von selber heilen. Unter dieser guten Behandlung hat man zu verstehen: die Bekleidung des Fußes mit hinreichend langem und weitem Fußzeug; tägliche Fußbäder in warmem Kamillenthee oder Seifenwasser von halbstündiger Dauer; täglich erneuerten Verband mit Wachs- oder Zinnsalbe, die auf Wundwatte oder Charpie gestrichen mit einer kleinen Binde befestigt wird, bis das Geschwür verheilt ist. Bei langem Bestande und etwas größerer Ausdehnung des Geschwüres hat es manchmal wegen der damit verbundenen Schmerzen seine Schwierigkeit, den Nagel in der erforderlichen Weise abzukürzen, wenn nämlich seine spitze Ecke in dem zuweilen reichlich wuchernden „wilden Fleisch" tief versteckt und förmlich vergraben liegt. Die richtig ausgeführte Verkürzung bleibt jedoch die unumgängliche Vorbedingung der Heilung, die man nötigenfalls samt der Wegätzung des wilden Fleisches durch den Arzt muß ausführen lassen. Bis der Nagel dann soweit wieder gewachsen ist, daß er aufs neue ans Einwachsen denken kann, pflegen die geschwürigen und näßenden Stellen meist verheilt zu sein. Verläßt dann der allmählich wieder nachgewachsene vordere Rand des Nagels das Nagelbett, so daß er wie der übrige freie Nagel in die Luft ragt, so kommt alles darauf an, das abermalige Einwachsen von vornherein zu verhindern, wozu bei dem langsamen Wachstum des Nagels immerhin einige Zeit und Geduld gehört. Da das Einwachsen seinen Ausgang und Anfang stets von der vorderen seitlichen Nagelecke nimmt, so laufen alle die verschiedenen Maßregeln darauf hinaus, die Berührung des vorderen Nagelrandes mit der darunter- und davorliegenden Haut zu verhindern und dadurch zu erreichen, daß die fragliche Nagelecke sich allmählich wieder über die weichen

Teile hinüber nach vorn schiebt. Man kann das auf die verschiedenste Art erreichen, entweder indem man ein Stück Heftpflaster zwischen den Nagel und die darunter liegende Haut schiebt, mit der gelben Seite der Haut zugewendet, um es dann straff nach unten um die Zehe herumgezogen daran festzukleben. Oder man stopft mit Hilfe eines Messers ein kleines Stück Feuerschwamm oder Watte unter das vordere Nagleeckchen, um demselben seine Schärfe zu nehmen. Man kann zu demselben Zweck, wenn man einer besonderen Geschicklichkeit sich erfreut, auch ein Bleiplättchen verwenden, obgleich dasselbe keine besonderen Vorteile bietet. Die Hauptsache bleibt eben die dauernde Verhütung der Berührung des Nagels mit der Haut, bis man das vordere Ende desselben glücklich über den vorderen Hautsaum der Zehe hinübergeleitet hat. In der Folge gewährt dann das Tragen eines gut passenden Stiefels und ein vorsichtiges Beschneiden nach oben besprochenen Grundsätzen die Sicherheit gegen die Wiederkehr des lästigen Übels. Eine verkehrte Sparsamkeit macht vielen den Entschluß, das Paar Stiefel abzudanken, das durch seine Kürze offenbar Veranlassung zum Einwachsen des Nagels geworden ist, sehr schwer, wenn nicht unausführbar. Statt dessen werden lieber alle möglichen unnützen, selbst schädlichen Mittel und halben Maßregeln ergriffen, welche in manchen Fällen nicht bloß weit größere Opfer an Zeit und Geld nach sich ziehen, als ein Paar Stiefel wert ist, sondern überhaupt gar nicht zum Ziele führen können, weil sie der Hauptbedingung der Heilung nicht gerecht werden. In Fällen, welche irgendwie ernstlicher Art sind, wird es überhaupt das Geratenste sein, sich ärztlicher Hilfe zu versichern.

20. Die Pflege des Haares.

Der am übrigen Körper wenig oder gar nicht behaarte Mensch hat zu allen Zeiten, solange geschichtliche Zeugnisse in

Bild oder Schrift überhaupt Kunde davon geben, sein Haupthaar als ganz besonderen Schmuck angesehen und ihm je nach den wechselnden Begriffen von Schönheit oder Sitte auf die aller verschiedenste Weise seine ganz spezielle Pflege und Sorgfalt angedeihen lassen. Es kommt uns sonderbar, um nicht zu sagen kindlich vor, wie heilig und ehrwürdig die orientalischen Völker ihren Haarschmuck halten: Das größte Unglück, das einem Chinesen widerfahren kann, besteht darin, daß ihm sein wohlgepflegter Zopf einmal abhanden kommt. Dem Vorderasiaten ist der heiligste Schwur derjenige beim eigenen Bart oder bei dem des Propheten. Der Muselmann soll nach dem Gesetz den Kopf rasieren, nur um Schläfen und Ohren bleibt ein Büschel stehen und gleichfalls, damit ihn der Erzengel nach dem Tode desto leichter ins Paradies ziehen könne, ein kleiner Schopf auf dem Scheitel.

Wir glauben über dergleichen erhaben zu sein, aber die Zeiten liegen nicht gar zu weit hinter uns, wo für gewisse Verbrechen als die entehrendste Strafe das Abscheren des Haupthaares galt. Im goldenen Zeitalter der Perücken kostete eine gute Perücke ein Vermögen, nämlich an 3000 Franks, zu einer Zeit, wo das Geld mindestens den 10fachen Wert wie heute hatte. Bezeichnend, was die Haar- und Perückenfrage anlangt, sind die Kämpfe, welche die Kirche zu allen Zeiten gegen das geführt hat, was sie als Ausschreitungen hinsichtlich der Frisur betrachtete: Zu verschiedenen Zeiten haben die Päpste die Perücke in feierlichster Weise exkommuniziert, wenn auch stets vergeblich, während die Kirche im Gegensatz dazu die Tonsur sogar unter die Gelübde des Mönches aufnahm als ein besonders in die Augen springendes Zeichen der Weltentsagung. Noch zu unserer Väter Zeiten galt das Tragen eines Bartes für durchaus der guten Sitte widersprechend und erst die Revolutions- und Kriegszeit seit Beginn unseres Jahrhunderts, namentlich seit 1848, brachte mit dem natürlichen Haarwuchs auch den bis dahin als Zeichen des Revolutionärs geltenden Bart wieder mehr und

mehr zu Ehren; man kann sagen bis zum Übermaß, denn eine große Anzahl von Männern würde ohne ihren ruppigen und nichts weniger als schönen Bart einen weit besseren Eindruck machen. Was das weibliche Geschlecht anlangt, das dem Gebot der Mode gemäß einen möglichst großen Haarreichtum aufweisen muß, eigenen oder fremden, so würden Viele im wohlverstandenen eigenen Interesse handeln, wenn sie sich auf den eigenen natürlichen Haarwuchs beschränkten.

Von allen Menschenrassen ist gerade die kaukasische ausgestattet mit dem schönsten und edelsten Haar, was Reichtum, Länge, Weichheit und Farbe anbelangt, und bedürfte am allerwenigsten künstlicher Zuthaten und unnatürlichen Aufputzes. Es hat aber den Anschein, als läge in dieser Beschaffenheit des Haares erst recht eine Aufforderung zur künstlerischen Pflege des Haares, sowie zur Kultivierung von Frisurkünsteleien. Allen europäischen Völkern voran in der Haarkultur und namentlich in den Ausschreitungen derselben sind die Franzosen, die dem ganzen Europa schon seit Jahrhunderten nicht allein die Kleidermoden, sondern auch die Haartrachten diktierten. Perücke und Zopf, Chignon und falsche Locken, sowie alle möglichen anderen Haartrachten werden in Paris ausgeheckt und alle Nationen, die auf Gesittung Anspruch machen, wir Deutschen nicht ausgeschlossen, beeilen sich zum Beweise ihres „guten Geschmacks“ diese Trachten nachzuahmen.

Als nach den Freiheitskriegen die deutschen Burschenschafter allem „undeutschen“, namentlich französischen Wesen in der Kleidung den Krieg erklärten, suchten sie außer dem „deutschen Rock“ auch die „deutsche Haartracht“ wieder zu Ehren zu bringen, deren Hauptmerkmal in dem geraden Scheitel, wie ihn die Frauen tragen, bestand. Doch drangen sie damit noch weniger durch als mit dem deutschen Rock, worüber man sich bei der damaligen Zerrissenheit und politischen Bedeutungslosigkeit Deutschlands nicht weiter wundern darf. Die Männer tragen nach wie vor den seitlich angebrachten „schiefen“ französ-

sischen Scheitel, ohne sich auch nur bewußt zu sein, woher diese Sitte stammt. Nur die kleinen Knaben läßt man „altdeutsch" mit geradem Scheitel und langem Seitenhaar gehen, wie die Edelknaben des 15. Jahrhunderts. Den schiefen französischen Scheitel kann man jetzt auch öfter beim weiblichen Geschlecht gewahren, aber größtenteils nur bei dem Teil desselben, der auch im übrigen manches „Französische" angenommen hat.

Völker, welche eine nationale, durch Sitte und Herkommen fest bestimmte Haartracht haben, lassen dem Einzelnen weder Wahl noch Spielraum, individuelle Besonderheiten und Liebhabereien hinsichtlich seiner Frisur zu entwickeln und zu pflegen. Anders bei Völkern oder Ständen, die nur Haarmoden, also häufig und nach unberechenbarer Laune wechselnde „Frisuren" haben; hier bleibt es dem einzelnen mehr oder weniger überlassen, sich zu tragen wie er will. Es giebt in Deutschland vielerorts noch ganze Landstriche, wo wenigstens die Frauen eine durch altes Herkommen geheiligte uniforme Haartracht tragen, als einen wesentlichen Bestandteil der betreffenden „Nationaltracht". Von solchen provinziellen Eigentümlichkeiten aber abgesehen, trägt man bei uns in Deutschland sein Haar nach französischem Geschmack, ohne daß der Einzelne unbedingt an die jeweils moderne Haarfrisur gebunden wäre. Dabei kann man nun die alte Erfahrung bestätigt sehen, daß die Haartracht als ein besonders bevorzugtes Schoßkind der persönlichen Eitelkeit des Menschen ein ziemlich untrügliches Barometer für den Grad der Selbstgefälligkeit und Eitelkeit des Einzelnen abgiebt. Die Kokette wie den männlichen Elegant, den Stutzer, erkennt man ohne weiteres an der Art, wie er sein Haar parfümiert, fettet, kräuselt, toupiert und den Tag über behandelt, wie er bei keinem Spiegel vorbeikommen kann, ohne sich davorzustellen und mit Taschenkamm oder Bürste oder auch den bloßen Fingern den vermeintlichen kleinen Mängeln abzuhelfen. Diese übertriebene Sorgfalt und Aufmerksamkeit auf das Haar pflegt dann noch zu wachsen, in demselben Grade, als das Haar an

natürlichem Reichtum und an kunstloser Schönheit verliert, als erwachte erst mit der Einbuße des natürlichen Schmuckes das Bewußtsein von dem eigentlichen ihm innewohnenden Wert, leider zu spät. So geht es dem Menschen ja vielfach, daß ihm die Augen erst aufgehen über den Wert einer Sache, wenn sie unwiederbringlich verloren ist.

Was nun die richtige Haarpflege anlangt, so muß man im allgemeinen mildernde Umstände geltend machen: Die wenigsten wissen, was dem Haar frommt. Das Haar wird bezüglich seiner Lebens- und Existenzverhältnisse mit ganz eigenen Augen betrachtet; man hat keinen rechten Begriff davon, was ihm schadet oder was man ihm zumuten darf, und mutet ihm deshalb oft eine Behandlung zu, die es unbedingt ruinieren muß, und wiederum haben die wenigsten eine bestimmte Vorstellung von den einfachsten Bedingungen einer richtigen Haarpflege. Es pflegt allgemein der Irrtum mit unterzulaufen, als ob das Haar selbst das sei, was man pflegen müsse, oder daß ihm selbst dies oder jenes schade. Aus der früher gegebenen Darstellung des anatomischen Baues und der physiologischen Wachstumsverhältnisse ging hervor, daß das fertige Haar ein Hornfaden ist, der, wie die Nägel, keiner andern Veränderung fähig ist, als derjenigen hinsichtlich seiner Länge. Der Nährboden des Haares, die Kopfhaut, ist der Ausgangspunkt aller den Haarwuchs fördernden, wie ihn beeinträchtigenden Einflüsse, und allein auf der Gesundheit der Kopfhaut beruhen Reichtum und Schönheit des Hauptharres. Alles, was man vernünftigerweise zum besten des Haarwuchses thun kann, läuft hinaus auf die Kräftigung der Gesundheit der Kopfhaut und die Förderung der Funktionstüchtigkeit der in dieselbe eingesenkten Haarbälge. Die Gesundheit dieses Haarbodens bedingt die Schönheit des Haarschmuckes.

Nirgends sonst lassen sich D i ä t e t i k und K o s m e t i k so weit trennen, als gerade bei dem Haar. Gegenstand der ersteren ist der Nährboden des Haares, die Kopfhaut, während

der Kosmetik des Haares die Aufgabe zufällt, das fertig gebildete Haar in angemessener Weise zum Schmuck des Hauptes durch zweckentsprechende Formgebung und Gestaltung, mit einem Worte durch die Frisur zu verwerten. Der Friseur oder Haarkünstler findet hierin das festbestimmte und engumgrenzte Gebiet seiner Thätigkeit in dem Schneiden, Frisieren, Pomadisieren, Brennen, Färben ꝛc. Aber trotzdem hängt die Kosmetik so eng mit der Diätetik zusammen und von derselben ab, daß man beide in der Praxis nicht von einander trennen sollte. Nichts arbeitet einer erfolgreichen Kosmetik mehr in die Hände, als eine für einen gesunden Haarnachwuchs sorgende Diätetik, und nichts ist aussichtsloser und unheilvoller, als eine die Grundsätze der Diätetik vernachlässigende Kosmetik, wie man sie in schablonenhafter und routinenmäßiger Weise so vielfach, um nicht zu sagen gewöhnlich, ausüben sieht. Eine derartige, alle Regeln einer natürlichen Diätetik vernachlässigende Haarkosmetik entzieht sich nur zu oft selbst den Boden ihrer Thätigkeit durch eintretende Erkrankungen des Haarwuchses mit daran sich anschließendem Haarschwund, und alle Aushilfsmittel der „höheren" Kosmetik, mit falschen Unterlagen, Zöpfen, Perücken, Färbungen, Haarbalsamen, sind nachher nicht im stande, die erlittene Einbuße an Fülle und Schönheit des Haarwuchses in befriedigender Weise zu verdecken oder wiederherzustellen. Es ist ohnehin auch bei dem vorsichtigsten Verhalten und rationellster Behandlung keine leichte Aufgabe, das Haar in reicher Fülle und Schönheit ins höhere Alter unbeschädigt hinüber zu retten.

Im folgenden wird die eigentliche Kosmetik des Haares, soweit es sich um Frisuren und Haartouren handelt, sowie um die Ausschmückung des Haares durch Kopfputz, als um eine Frage der Willkür, des Geschmackes und vor allem der Mode, nur insoweit Berücksichtigung finden können, als sie Berührungspunkte hat mit der Diätetik, der gesundheitlichen Pflege des Haares.

a. Die Reinlichkeit von Haar und Kopfhaut.

Als Arzt kann man eine Beobachtung immer aufs neue bestätigt finden, wenn man darauf achtet, daß es nämlich mit der Reinlichkeit von Kopf und Füßen bei den meisten Menschen recht traurig bestellt ist. Selbst in Ständen und Familien, wo man eine solche Vernachlässigung für unmöglich hält, da bei ihrer gesellschaftlichen Stellung das persönliche Reinlichkeits- und Eitelkeitsgefühl des einzelnen von Jugend auf durch Erziehung und Beispiel entwickelt und die peinliche Reinlichkeit wenigstens der sichtbaren Teile des Körpers sozusagen zur zweiten Natur gemacht wurde, erlebt man Überraschungen in dieser Beziehung. Dergleichen ist nur erklärlich durch eine ziemlich weitgehende Unkenntnis von dem Wert einer guten Hautkultur auch in Kreisen, wo man eine bessere Einsicht in solchen Dingen erwarten sollte. Man hört häufig als Entschuldigung für eine gänzlich vernachlässigte Hautpflege die banale Phrase von „den Großvätern, die es auch nicht besser gemacht hätten", oder von den armen Leuten, die es noch heute nicht besser machten und doch gesund gewesen seien, resp. noch seien. Die Konstitution der Menschen ist eben verschieden und läßt sich demgemäß ganz verschiedenes bieten. Dinge, durch welche sich kräftigere Naturen nicht weiter anfechten lassen, gereichen minder kraftvollen zu schwerer Schädigung oder unmittelbarem Verderben, wie die tägliche Erfahrung lehrt.

Die Wichtigkeit der Hautpflege, nicht bloß für das Wohlbefinden des ganzen Menschen, sondern auch der einzelnen Körperteile, ließe sich an zahlreichen Beispielen leicht nachweisen. Viele Menschen klagen über *kalte Füße* und thun alles mögliche zur Beseitigung dieser bösen Plage, mit Anschaffung von Filzschuhen, Pelzstiefeln, Teppichen, Strohmatten und dergleichen. Es giebt ja manche Gründe für die Kälte der Füße, wie schlechtes Fußzeug, Bleichsucht, durch Unterleibsleiden aller Art bedingte Blutstockungen u. s. w., aber bei gesunden Menschen

kaum je einen andern, als die völlige Vernachlässigung der Pflege des Fußes. Wenigstens kann man oft solche kalte Füße, die man in einem auffallend unreinlichen Gegensatz zu der im übrigen reinlichen und sauberen Erscheinung ihres Besitzers stehend gefunden hatte, in wenigen Wochen von ihrer Kälte befreien durch regelmäßige, morgens vorgenommene Fußwaschungen und nachfolgendes Frottieren. Es macht dabei wenig Unterschied, ob man zu diesen Waschungen warmes oder kaltes Wasser verwendet und Seife dazu gebraucht oder nicht, so daß dem einzelnen in dieser Beziehung ein weiter Spielraum bleibt, je nach seinen persönlichen Neigungen. Freilich wird in hartnäckigen Fällen ein kurzdauerndes Eintauchen in einen Eimer möglichst kalten Wassers (auch im Winter), aber unmittelbar nach dem Aufstehen, doch das wirksamste Verfahren sein, wenn ein entsprechendes Frottieren hinterher nicht versäumt wird.

Dieses Beispiel, eins von vielen, beweist aufs deutlichste die Wichtigkeit einer sorgfältigen Reinlichkeitshautpflege für die Gesundheit und die normale Funktionierung jedes einzelnen Organs. Das noch besonders hervorzuheben würde gar nicht nötig sein, wenn man nicht täglich zu beobachten in der Lage wäre, wie wenig Wert im allgemeinen auf die richtige Pflege der Kopfhaut gelegt zu werden pflegt.

Für die Reinlichkeit der Kopfhaut geschieht fast noch weniger, als für die anstandshalber doch wenigstens ab und zu gewaschenen Füße, obwohl gerade die Kopfhaut viel leichter noch als die übrige Haut Staub und Schmutz aufzunehmen und festzuhalten pflegt, indem die Haare geradezu als Staubfänger wirken und den an der fettigen Oberfläche der Kopfhaut ohnehin leicht anhaftenden Schmutzteilen noch einen besonderen Schutz gewähren. Diese Scheu vor dem Waschen der Kopfhaut findet man allerdings aus unschwer zu begreifenden Gründen beim weiblichen Geschlecht fast noch häufiger als bei dem im übrigen auf seine Erscheinung nicht im gleichen Maß Wert legenden männlichen Geschlecht, und sie geht teilweise sogar so weit, das Kopfwaschen

für etwas direkt schädliches zu erklären. Nach einem landläufigen Vorurteil soll es nämlich allerlei Erkältungen, Augen- und Ohrenentzündungen, Zahnreißen, Schnupfen, Rheumatismus und dergl. herbeiführen. Man kann diesem Vorurteil nur insofern eine gewisse Berechtigung zugestehen, als allerdings die in unvernünftiger Art und Weise vorgenommene Kopfwaschung oder ein verkehrtes Verhalten unmittelbar nachher den Ausgangspunkt für die genannten Leiden abgeben kann — das Waschen selbst gewiß nicht. Wenn blutarme, nervöse oder sonstwie ungesunde Leute, deren Kopfhaut bis dahin mit Wasser nur die allerobeflächlichste Bekanntschaft gemacht hatte, plötzlich mit kalten Kopfwaschungen beginnen, wenn jemand mit ungenügend abgetrocknetem Haar ins Freie geht oder das nasse Haar dem Zug aussetzt oder ungestört seinen Geschäften nachgeht, so darf man Erkältungen dieser oder jener Art als die ganz natürliche Folge der eigenen Unvorsichtigkeit, nicht aber der Kopfwäsche ansehen. Es wäre auch nicht zu verstehen, wie die, nur in Nebensachen sich von der übrigen Körperhaut unterscheidende Kopfhaut nicht gleicher Reinlichkeit bedürfen sollte wie jene, und daß ihr schaden sollte, was jener unentbehrliches Bedürfnis ist. Das Kämmen mit dem engen Kamm, auch wenn es täglich geschieht, kann doch als ausreichend für die Erhaltung der Reinlichkeit deshalb nicht gelten, weil es nur die gröberen Staub- und Schmutzteile zu entfernen im stande ist; von einer gründlichen Reinigung kann aber dabei nicht die Rede sein. Der Kamm ist auch gar nicht dazu bestimmt, den dünnen, kaum wahrnehmbaren, aber mit der Zeit wie jedes andere Fett sauer und ranzig werdenden Fettüberzug zu beseitigen. Niemand kommt auf den Gedanken, eine andere, unbehaarte Hautstelle durch Abkratzen oder Abschaben mit dem engen Kamm oder einem andern Kratzinstrument wirklich reinigen zu wollen, dazu ist ein enger Kamm, und wenn er noch so eng und scharf wäre, völlig ungeeignet. Dazu weiß auch jeder, wie starkes Kämmen mit einem scharfen Engkamm die Kopfhaut reizt und wie leicht

man dadurch derselben sogar blutige Streifen beibringt, sicher nicht zum Vorteil der Kopfhaut, deren Unbehagen sich in einem brennenden und juckenden Gefühl kundgiebt. Aber auch Köpfe mit trockener Haut lassen sich mit dem Engkamm nicht rein halten, wie die mit Schinn Geplagten nur zu gut wissen. Der Engkamm ist eben nicht so sehr zur Reinhaltung der Haut als vielmehr zur Reinhaltung der Haare bestimmt, wie das auch schon sein Beiname „Staubkamm“ zur Genüge ausdrückt.

Um sich für die Dauer einen guten Haarwuchs zu erhalten, muß man daran festhalten, daß eine sorgfältige Pflege der Kopfhaut Grundbedingung ist. Das ist um so leichter einzusehen, je klarer man sich dessen bewußt zu werden sucht, daß die Kopfhaut nur so lange einen unangekränkelten Haarwuchs wird hervorbringen können, als sie selbst gesund bleibt. Ebensowenig wie die Haut des übrigen Körpers gesundheitliche Vernachlässigung auf die Dauer verträgt, bleibt auch die schlechte Behandlung des „Haarbodens“ ohne üble Folgen. Es giebt ja noch andere Ursachen für das frühzeitige Ausgehen des Haares beim weiblichen Geschlecht, jedenfalls aber spielt unter den Einflüssen, welche die schwellende Pracht der jungfräulichen Zöpfe in ein bis zwei Jahrzehnten in einer Weise lichten, daß die Reste genötigt sind, sich scheu unter die Haube zu verkriechen, die mangelhafte Pflege der Kopfhaut nicht die geringste Rolle. In diese Zeit des abnehmenden Haarwachstums und des Beginns eines unheimlich starken Haarausfalls fällt dann gewöhnlich die Periode der Anwendung der zahllos angepriesenen Haarwuchspomaden in der Erwartung, dadurch dem Übel zu steuern. Es lohnt sich kaum der Mühe, den mit den „haarwuchs-befördernden Mitteln“ betriebenen, in der totalen Unkenntnis und der daraus entspringenden Leichtgläubigkeit des Publikums die Wurzeln seines üppigen Gedeihens findenden Schwindel eingehend zu besprechen, so verlockend es wäre wegen der ebenso bodenlosen Unwissenheit der Heilkünstler wie ihrer schamlosen Betrügerei.

Wie in der Diätetik der Haut überhaupt, so nimmt auch

in der der Kopfhaut die Reinlichkeit und der durch das regelmäßige Waschen bedingte Anreiz zur Belebung der Blutzirkulation die erste Stelle ein. Gar viele werden diese Kopfwäsche überhaupt für etwas Überflüssiges erklären, jedenfalls für etwas, wozu unter keinen Umständen die nötige Zeit vorhanden sei für jemanden, der seinen täglichen Beruf in Haus und Familie zu erfüllen habe. Über den letzten Grund läßt sich mit niemanden streiten, da man jeden selbst als den zuständigsten Richter darüber muß gelten lassen, wie viel Zeit er hat und wie viel er für seine Gesundheit und Schönheit verwenden will und darf. Die Notwendigkeit und den Nutzen einer gesundheitlichen Hautpflege, ja auch die Wirksamkeit einer Schönheitspflege der Haut giebt man notgedrungen zu, weil eine außerordentliche Kühnheit dazu gehört, das alles zu leugnen; warum sollte nun allein die Kopfhaut derartigen Einwirkungen unzugänglich sein? Der „Mangel an Zeit" ist in den meisten Fällen nichts anderes, als ein äußerst bequemer Vorwand, der wirkliche und schlagende Gründe ersetzen muß, den man vorzuschieben erst aufhört, wenn man sich hat überzeugen lassen. Dem mag nun sein, wie ihm will, mag man wirklich keine Zeit haben oder keine dafür opfern wollen, in beiden Fällen — freiwillig oder unfreiwillig — geht man des großen Nutzens verlustig, den diese Art der Hautpflege in sich birgt.

Damen nehmen die Kopfwaschungen am zweckmäßigsten zu einer Zeit vor, wo sie auf die Waschung eine stille, ungestörte Sitzung im warmen Zimmer können folgen lassen, also wohl am besten abends. Diese Ruhe ist notwendig, weil durch die Bewegung, namentlich in kühleren Räumen und überhaupt durch jeglichen Luftzug eine Verdunstungskälte entsteht, welche leicht Erkältungen zur Folge haben kann. Ehe die Waschung beginnt, muß das Haar völlig losgemacht sein, und über die Stirn hinweg nach vorn gekämmt werden. Nun wird zunächst das Haar selbst sorgfältig mit einer nicht gar zu weichen Bürste rein und glatt ausgebürstet und dann erst zur Waschung selbst

übergegangen, bei der sich Damen am besten der Hilfe einer zweiten Person (z. B. Friseuse) bedienen: Man stellt das Waschbecken auf einen hohen Stuhl oder einen recht niedrigen Tisch und bürstet nun mit einer ziemlich langborstigen, nicht zu weichen Bürste, jedesmal wieder oben am Kopfe beginnend, in der Richtung der herabhängenden Haare auf der Kopfhaut entlang, indem man dabei stets für gute Einseifung Sorge trägt. Das Haar wird auf der gerade zu waschenden Stelle der Kopfhaut mit Kamm oder Fingern auseinandergescheitelt und dann tüchtig gewaschen, entweder mit einer Bürste oder einem Stück weichen Flanells. So geht man nach und nach von Stelle zu Stelle über den ganzen Kopf. Zum Schluß läßt man eine ordentliche Ab- und Ausspülung von Kopf und Haar mit reinem Wasser folgen zur gründlichen Entfernung der Seife oder des gebrauchten andern Waschmittels. Dazu benutzt man am besten eine Douche (Irrigator), mittelst deren man einen oder mehrere Liter laues (weiches) Wasser von oben her in ziemlich dickem Strahl über den Kopf laufen läßt, indem man durch Reiben und Drücken mit der andern Hand dafür sorgt, daß das Wasser auch wirklich das Haar durchdringt. In Ermangelung einer Douche nimmt man ein großes Waschbecken mit reinem, warmem Wasser, aus dem man mittelst einer Tasse so lange Wasser über den Kopf gießt, bis Haar und Kopfhaut rein sind. Das Abtrocknen wird mit einem weichen, gewärmten Badehandtuch vorgenommen, indem man zwischendurch zu wiederholten Malen, um es zu lockern, mit einem weiten Kamm und trockener, reiner Bürste das Haar bearbeitet. Dann muß aber dasselbe bis zur gänzlichen Trocknung unter Vermeidung aller Zugluft frei nach allen Seiten herunterhängen; zuletzt endlich vor dem Zubettgehen bedeckt man dann das lose zusammengebundene oder möglichst lose zusammengeflochtene Haar mit einem Netz oder einer sehr leichten, nicht zu dichten Mütze; und zwar empfiehlt sich dabei sehr, das Haar lose oder nur leicht zusammengeflochten frei unter der Mütze hervorhängen zu lassen. — Das männliche

Geschlecht kann bei seiner kurzen Haartracht der Wohlthat des Kopfwaschens viel leichter teilhaftig werden, nur sollte es sich dieses Vorzuges vor dem weiblichen Geschlecht klarer bewußt sein und denselben besser ausnutzen.

Über die Häufigkeit der Waschungen lassen sich genaue Vorschriften nicht geben. Zu häufig wird man die Kopfwäsche kaum vornehmen. Man muß nur für gehörige Trocknung des Haares hinterdrein sorgen, zur Verhütung von Erkältungen; denn dem Haare selbst schadet eine Waschung ebenso wenig jemals, wie den gleichfalls aus Hornmasse bestehenden Nägeln. In dieser Richtung jemandem Beschränkungen anzuempfehlen, wird man kaum jemals nötig haben. Im Gegenteil lautet die Frage gewöhnlich: wie oft muß man sich mindestens den Kopf waschen? Das läßt sich natürlich ebensowenig feststellen, wie die Häufigkeit des Händewaschens; es ist unendlich verschieden für die verschiedenen Menschen: Man muß den Kopf waschen, so oft er schmutzig ist. Wer den Tag in staubiger Atmosphäre zubringt, wie z. B. ein Müller, wird sehr bald einen schmutzigen Kopf bekommen und thut gut, ihn jeden zweiten Tag zu waschen. Wer viel Öl oder Pomade ins Haar zu schmieren für nötig findet, oder wer eine sehr fettige Kopfhaut hat, bedarf gleichfalls einer häufigen Kopfwäsche, weil das leicht ranzig oder sauer werdende Fett einen ziemlich starken Reiz für die Kopfhaut abgiebt und das Wachstum der Haare beeinträchtigt. Andere dagegen haben eine sehr reinliche Kopfhaut, so daß ihnen die Waschungen nicht in dem gleichen Grade unentbehrlich sind wie jenen. So wohlthuend nun auch die Wäsche für Kopfhaut und Haarwachstum ist, so nötigen doch die Rücksichten auf die Schwierigkeiten der Ausführung zu einigen Zugeständnissen, wenigstens für Frauen. Aber länger als zwei Wochen sollte niemand ohne Kopfwaschung vorüber gehen lassen, dem an einem kräftigen und auch für die Zukunft gesund bleibenden Haarwuchs gelegen ist; als nicht zu viel verlangt und doch im allgemeinen ausreichend auch

für fettige, resp. eingefettete Köpfe kann man die wöchentlich einmal vorgenommene Kopfwäsche ansehen. Zweimal in der Woche ist jedoch — die nötige Vorsicht immer vorausgesetzt — nicht vom Übel, sondern eine ganz besondere Wohlthat für den Haarwuchs.

Nicht alle Leute beobachten die nötige Vorsicht beim Kopfwaschen; daher kommt es denn, daß so viele — fälschlicherweise — dem Wasser einerseits wenig Gutes zutrauen und andererseits das Haar für etwas ganz besonderes halten, für etwas halbwegs außerhalb der Lebensbedingungen des übrigen Körpers stehendes, begabt mit einer fast unheimlichen Zartheit und leichten Beschädigungsfähigkeit. Und doch ist die Kopfhaut, um das noch einmal zu wiederholen, in keiner Beziehung anders konstruiert, und weicht in ihren Bedürfnissen, wie überhaupt in ihren Eigenschaften in keiner Weise von der Haut anderer Körperteile ab, und was die Haare anlangt, so sind das Hornfäden, wie die Nägel Hornplatten sind, vertragen also alles, was die Nägel vertragen.

Zum Waschen der Kopfhaut kann man jede gute, nicht scharfe Seife gebrauchen: Marseiller Seife, Krankenheiler Jodsodaseife, Sargsche flüssige Glycerinseife, Seifenspiritus u. s. w. Scharfe alkalische Seife schadet der Kopfhaut natürlich eben so sehr wie der übrigen Haut, namentlich wenn sie hinterher nicht gehörig wieder ausgespült wird. Von guter Seife kann man jedoch den ausgiebigsten Gebrauch machen, ohne sich irgend welchen Bedenken hinzugeben, und das um so mehr, als reichlicher Schaum die Sache wesentlich erleichtert.

Einer besonderen Beliebtheit als Mittel zum Kopfwaschen erfreut sich das Eigelb, das unstreitig milder als Seife wirkt, auch in seiner reinigenden Wirkung; es ist auch ohne Zweifel ein gutes und warm zu empfehlendes Waschmittel für den Kopf, schon deshalb, weil es bei seiner klebrigen Beschaffenheit zur Gründlichkeit beim Waschen zwingt. — Ebenso viel gebraucht — und das mit Recht — ist das Kleienwasser, das

man dadurch erhält, daß man drei bis vier Eßlöffel voll Weizenkleie mit einem Liter Wasser reichlich eine Viertelstunde kocht und dann durch ein Haarsieb oder ein Leintuch gießt. Bei häufigem Waschen reicht man mit dem Kleienwasser auch vollkommen aus.

Wegen der auf die Waschung folgenden, durch Verdunstung bedingten Abkühlung, darf man, d. h. das weibliche Geschlecht, nur im Hochsommer kaltes Wasser zum Kopfwaschen benutzen, in den andern Jahreszeiten soll man lauwarmes, selbst wirklich warmes, aber nie heißes Wasser dazu gebrauchen. Allgemeine Regeln lassen sich kaum darüber aufstellen; wer sich im Zweifel über die zu wählende Temperatur befindet, entschließe sich lieber zu einer etwas wärmeren; namentlich Blutarme, Schwächliche, an Migräne oder nervösem Kopfweh Leidende dürfen sich den Kopf nicht kalt waschen. Geradezu schädlich für den Haarwuchs ist der Gebrauch der kalten Kopfdouche, besonders bei längere Zeit hindurch täglich wiederholter Anwendung, in der irrigen Voraussetzung, damit dem Haare eine besondere Wohlthat zu erweisen. Und zwar liegt die Ursache dieser schädlichen Wirkung in der Unmöglichkeit, der kalten Douche die nötige Frottierung zur Erwärmung der Haut folgen zu lassen. Im Gegenteil lassen die auch bei sorgfältigster Abtrocknung stets doch noch feucht bleibenden Haare diese nach solcher Abkühlung notwendige Erwärmung der Haut nicht zu stande kommen. Unter den volkstümlich „zur Stärkung des Haarwuchses" gebrauchten Mitteln giebt es ja überhaupt manche, die nur den Haarausfall stärken und dazu gehört die kalte Douche.

b. Das Kämmen, Bürsten und Frisieren des Haares.

Als den höchsten Grad der Verkommenheit in geistiger wie sozialer Beziehung pflegt man das Unterlassen des Kämmens an-

zusehen. Man ist von vornherein geneigt, einen Menschen, den man mit wirren, wüst um den Kopf fliegenden Haaren erblickt, entweder für einen Geisteskranken, oder für einen Proletarier ärgster Sorte oder auch für einen sehr Unglücklichen zu halten, so sehr ist diese Art der Haarpflege in Fleisch und Blut des Volkes wie des einzelnen übergegangen. Einen Kamm, und wäre er noch so schadhaft, samt einem winzigen Eckchen von einem einstmaligen Spiegel findet man im Besitz auch des Ärmsten. Sobald sich die Bedürfnisse steigern, kommt zum Kamm auch die Haarbürste, die schon ein weit vornehmeres Instrument vorstellt. Beide, Kamm und Bürste, sind aber keineswegs bloße Instrumente zur Herstellung der Frisur, sondern sie haben auch ihre große Bedeutung für das Haarwachstum, das sie ebensowohl bei verkehrter Anwendung beeinträchtigen können, wie sie im entgegengesetzten Fall dasselbe zu fördern geeignet sind. Starkes Kämmen hat zur nächsten Folge einen bedeutend verstärkten Blutzufluß zur Kopfhaut und darf demgemäß natürlich auch wieder nicht übertrieben werden, so gut und förderlich das regelmäßige kräftige Kämmen mit dem Engkamm für den Haarboden auch ist. Eine physiologische, d. h. eine durch Vermittelung des Nervensystems bewirkte Zufuhr von Ernährungsmaterial läßt sich in Übereinstimmung mit anderen Vorgängen auch weit eher erwarten und herbeiführen durch sehr mäßige mechanische Reize und überhaupt eine sorgfältige Pflege. Hierin liegt der Wert des regelmäßigen vernünftigen sanften Kämmens und Bürstens, das eben so sehr der Reinlichkeit und Lüftung des Haares als der Belebung der Kopfhaut durch eine mäßige Anregung der Blutzirkulation und der Drüsenthätigkeit dient.

Man hat nun aber oft Gelegenheit zu sehen, mit welcher Gewaltthätigkeit, um nicht zu sagen Roheit, das Kämmen und Bürsten namentlich von Herren betrieben wird. Allerdings darf man sich auch nicht wundern, wenn sie Haar und Kopfhaut nach dem Grundsatz behandeln: Je ärger, je besser

Denn im Friseurladen, wo man dergleichen doch wissen sollte, werden die Köpfe der Kunden mit dem großen, womöglich mit Dampf getriebenen, der Reklame mehr als irgend welchen heilsamen Zwecken dienenden Rollbürste ebenso behandelt, als handle es sich nicht um die Köpfe von Menschen, sondern um leblose Dinge. So wird denn, um die Rollbürste nach Möglichkeit zu ersetzen, die Kreuz und die Quere wild darauf losgebürstet.

Das lange Frauenhaar bedingt schon an sich mehr Schonung und Methode. Das Auskämmen der Zöpfe — natürlich mit dem weiten Kamm — muß an der Spitze beginnen, indem die linke Hand den Zopf in seinem mittleren Teile so ergreift, daß das zwischen Hand und Kopf befindliche Stück vollkommen schlaff ist, um alle Zerrung des Haares an seiner Wurzel zu vermeiden. Nach und nach, wenn der Kamm glatt und ungehindert durch das Haar hindurchgeht, rückt man Stück für Stück in derselben Weise weiter gegen den Kopf hin vor. Die Hindernisse, die sich ja beim Kämmen stets einstellen, soll man ohne Anwendung von Gewalt durch wiederholte sanfte Züge mit dem Kamm überwinden. Unauflösliche Verwirrungen und Knoten schneidet man besser mit der Schere aus, als daß man durch fruchtlose, bei der wachsenden Ungeduld meist mit einem gewaltsamen Ausreißen der Wurzel endigenden Versuche den Haarwuchs in Gefahr bringt. Die Erfahrung lehrt nämlich, daß nicht bloß ein graues Haar andere in der Nachbarschaft stehende leicht ebenfalls zum Ergrauen bringt, sondern daß auch leicht die Nachbarn eines ausgerissenen Haares ausfallen, ohne daß man die nähere Ursache dieses Vorganges kennte. Die den Zopf fassende Hand rückt allmählich immer weiter gegen den Kopf vor, bis der ganze Zopf zu einem gleichmäßigen Haarschweif aufgekämmt ist. Stellen sich nun bei dem weiteren Kämmen Verschlingungen ein, so muß die bisher den Zopf haltende Hand sich fest auf denjenigen Teil der Kopfhaut legen, dem das be-

treffende Haar entspringt, um es dadurch festzuhalten und die Haarwurzel vor Zerrungen zu schützen.

Der dem weiten Kamm folgende Engkamm wird dann vom Scheitel an mit gelindem Druck auf der Kopfhaut entlang und darauf durch den ganzen Schweif hindurch geführt, den man sofort wieder mit der freien Hand ergreifen und festhalten muß, sobald dieselbe zwischen Kamm und Kopf den dazu nötigen Platz findet.

Wie schon bei der Betrachtung der anatomischen Verhältnisse zur Sprache kam, stecken die Haare schief in der Haut, in ihrer Richtung einander gleich gerichtet und zu sogenannten „Haarströmen" geordnet. Die Ströme gehen von dem Wirbel aus, aber nicht in gerader Richtung, sondern in geschwungenen Linien. Die Hauptrichtung dieser Linien verläuft auf dem Vorderkopf gerade nach vorn, am Hinterkopf nach unten, nach dem Nacken zu, an den beiden Seiten schräg nach unten und zwar um so gerader nach unten strebend, je weiter nach hinten. Beim Kämmen, wie überhaupt bei der Frisur, wollen nun diese Haarströme wohl berücksichtigt sein. Man soll nicht gegen den Strom schwimmen, aber ebensowenig dagegen kämmen, weil dadurch die Haare nahe ihrem Austritt aus der Haut umgeknickt und so einem starken Zug an ihrer Wurzel ausgesetzt werden. Je öfter und gewaltsamer das geschieht, um so schlimmer für das Haar. Darum muß man beim Kämmen und Bürsten immer Rücksicht nehmen auf diesen natürlichen Haarfall, und Kamm und Bürste nie anders auf der Kopfhaut entlang führen, als auf diesen vorgezeichneten Bahnen. Auf dieser Wachstumsrichtung des Haares beruht auch die Abteilung des Frauenhaares in einen nach hinten und unten gerichteten Nackenschweif und die zwei nach vorn gerichteten Seitenschweife. An die Richtung dieser Haarströme, wie sie in den Haarschweifen zum Ausdruck kommt, muß sich auch jede Frisur anschließen, soll sie nicht nach und nach durch dauernde Zerrung und dadurch bedingtes all-

mähliches Absterben immer zahlreicherer Haare den Reichtum derselben bedeutend vermindern.

Aus diesem Gesichtspunkt hat man auch die Bogenkämme zu beurteilen, vermittelst deren man vielfach den kleinen Mädchen die Haare nach rückwärts zu befestigen und von der Stirn fern zu halten sucht. Zum Glück dulden die Haare eine solche widerhaarige Behandlung meist nicht, indem sie den Kamm gewöhnlich bald wieder nach vorn schieben, allen kindlichen Ordnungsversuchen und mütterlichen Ermahnungen zum Trotz. Freilich führen in diesem jugendlichen Alter solche unnatürliche Frisuren entschieden noch nicht so leicht zur Verminderung des Haarreichtums wie bei Erwachsenen, die das Zurückkämmen der Stirn- und Vorderhaare oder auch das Hinaufkämmen der Hinter- und Nackenhaare, wie es ja manche Frisur zur Erzielung eines starken Schopfes verlangt, in der Folge oft mit vielem Haar bezahlen müssen. Eine derartige für das Leben des einzelnen Haares verhängnisvolle Zerrung der Haarwurzel kann natürlich auch bei jeder andern durch straffes Flechten der Zöpfe oder festes Binden sich auszeichnenden Frisur stattfinden und wirkt dann selbstverständlich in gleichem Maße verderblich. Das Stirnhaar der Frauen soll darum in seiner natürlichen Richtung stets zunächst nach vorn gehen und erst dann in lockerem, schlaffem Bogen umbiegend und ganz locker gehalten in den Zopf gelangen. — Leider haben solche allgemein gehaltenen Warnungen nur einen bedingten Nutzen, weil nur die wenigsten in dem einzelnen Fall, wo es sich darum handelt, entweder die gerade von der Mode verlangte haarzerstörende Frisur zu tragen oder „unmodern" zu gehen, den Mut haben, das letztere zu wählen, und andererseits verfügen nur wenige über soviel Erfindungsgabe, um durch einige kleine mehr oder weniger unwesentliche Änderungen die schädlichen Wirkungen der betreffenden Haartour zu umgehen. Und jede Mode hat meist ihre Schattenseiten nach dieser oder jener Richtung hin; sie verlangt stets Abwechselung, denn darauf

beruht sie und sieht sozusagen ihren geborenen Feind in dem Natürlichen und Zweckmäßigen, das ja, weil es auf natürlichen Gesetzen beruht, unveränderlich und darum langweilig ist. Und schließlich, wer einmal nach der Mode gehen will, macht auch die Mode soweit mit, daß er, sobald sich ein Mangel an natürlichem Haar einstellt, sich des künstlichen bedient, das bekanntlich nach Belieben käuflich zu haben ist. Die heutige Mode verlangt so große, an das Perückenzeitalter erinnernde Haarmassen, daß wohl ohnehin nur die wenigsten Frauen eine solche moderne Frisur mit eigenem Haarvorrat bestreiten können. Aber darauf ist spekuliert. Wer zu haararm ist, um solche moderne Frisur aus „eigenen Mitteln" herzustellen, soll eben seine Zuflucht nehmen zu den Haaren anderer oder zu Einlagen von Tierhaaren aller möglichen Art, zu Drahtgestellen, Wattierungen und Polstern der verschiedenartigsten Zusammensetzung, und seine Eitelkeit muß seinen Nebenmenschen zu Brot und Verdienst helfen.

Hier, wo die Rede ist von den Nachteilen drückender und zerrender Frisuren, darf zweier Umstände nicht vergessen werden. Es giebt Damen, welche von Natur mit schlichtem Haarwuchs begabt, dennoch von dem Wunsche beseelt sind, für einen Lockenkopf zu gelten. Das zu erreichen, werden verschiedene Wege eingeschlagen, deren einer darin besteht, am Abend das Haar fest auf Bänder zu wickeln und, nach allen Richtungen verschlungen, die Nacht über stramm an den Kopf zu binden, damit die Haare am andern Tage ein welliges Aussehen zeigen. Dadurch werden die Haarwurzeln dauernd einem starken Zuge ausgesetzt, der mit der Zeit ohne allen Zweifel den Haarwuchs gründlich vermindern hilft. — Als ein für das Haar genau ebenso verderbliches Verfahren muß auch noch die Manier vieler Frauen gekennzeichnet werden, mit der sie das Haarband, womit die Haare hinten zur Formierung eines Schopfes zusammengebunden werden, ganz unmittelbar am Kopf und möglichst stramm binden.

Übrigens hier alle Gelegenheit und alle Möglichkeiten zu erwähnen, welche eine Zerrung des Haares an seiner Wurzel und dadurch eine Untergrabung seiner Gesundheit und seines guten Gedeihens bedingen, möchte ein Ding der Unmöglichkeit sein, da mit dem Wechsel der Frisurmoden bald hier bald da etwas zu erinnern sein würde. Je loser im ganzen das Haar getragen wird, desto besser. Deshalb ist es durchaus erforderlich, wenigstens des Nachts dem Haare die nötige Freiheit zu gewähren und zu dem Ende am Abend alle straffen Flechten, sowie alle haltenden Bänder zu lösen. Das thut dem Haare ebenso wohl, wie dem in die Tretmühle des täglichen Berufs Eingespannten selber die nächtliche Ruhe und Erholung wohlthätig und unentbehrlich ist. Am besten wäre es unstreitig, das Haar am Abend völlig aufzulösen, noch einmal durchzukämmen und in seinen natürlichen drei Schweifen locker zusammengewunden oder geflochten auf den Kopf zu legen, wo es dann durch eine an den Rändern gut anschließende, sonst aber lose sitzende Nachtmütze festgehalten wird. Es hat das noch den ferneren Vorzug, seine Besitzerin zu nötigen, daß sie schon gleich nach dem Aufstehen am andern Morgen das Haar machen muß. Es gehört zu den unleidlichsten und unappetitlichsten Angewohnheiten der weiblichen Mitglieder mancher Familien, das Haar erst spät am Tage zu machen, vielleicht gar erst am Nachmittage, so daß sie den größten Teil des Tages mit ungemachtem Haar ihren häuslichen Geschäften nachgehen und so auch im Kreise der Familie an den gemeinschaftlichen Mahlzeiten teilnehmen. Eine solche Vernachlässigung der Frisur hat etwas ungemein wenig Empfehlendes für Fremde, die sich zu dem Schluß berechtigt zu halten pflegen, daß es mit Reinlichkeit und Ordnungssinn und manchem anderen sehr hapern werde, wo die Mitglieder einer Familie einander mit einer solchen Nichtachtung zu begegnen gewohnt sind, wie sie in einem derartigen Mangel an gegenseitiger Rücksicht zu Tage tritt. Und daß die Betreffenden selber

ihr Verhalten im Stillen ähnlich beurteilen, sieht man einesteils aus der Verlegenheit, die jedesmal entsteht aus einem unvermuteten Begegnen mit einem guten Freunde oder sonst gern gesehenen Bekannten zu einer Zeit, wo „die Haare noch nicht gemacht“ und man noch nicht „in Toilette“ ist, anderenteils aus der auf die Frisur verwendeten Sorgfalt, sobald es sich darum handelt, mit andern Menschen in gesellschaftliche Berührung zu kommen. Es wäre zuviel verlangt, daß Frauen schon am frühen Morgen in voller Toilette erscheinen sollten, aber die gute Sitte und die Achtung, die man vor allem seinen Hausgenossen schuldet, machen es zu einer unerläßlichen Bedingung, auch schon die erste Morgentoilette ordentlich und in jeder Beziehung appetitlich zu gestalten. Nach der vorgenommenen Morgenwaschung soll das Haar gehörig gekämmt und gebürstet werden, ganz wie bereits früher besprochen wurde. Nach der Ölung und Pomadisierung des Haares, falls sie nötig ist, wird die Einflechtung vorgenommen und zur einfachen Morgenfrisur geordnet unter Vermeidung allen festen Bindens und straffen Flechtens, soweit das eben möglich ist. Diese Morgenfrisur soll dann nicht früher als nötig durch die Gesellschafts- oder Modefrisur ersetzt werden.

Manche Dinge sind und erscheinen so selbstverständlich, daß man kaum je ein Wort darüber verliert, und doch lehrt die tägliche Erfahrung, wie außerordentlich notwendig auch in den einfachsten Dingen eine Belehrung ist. Man hat wenigstens, sofern man darauf achtet, ganz ungemein häufig Gelegenheit, in gelindes Erstaunen zu geraten über den Zustand von Kamm und Bürste bei Personen, die man ihrem ganzen Leben und Wesen nach als außerordentlich reinlich kennt, um von denen gar nicht zu reden, die eigentlich nur „wegen der Leute“, nicht um der Reinlichkeit und Sauberkeit selbst willen, auf eine äußere Eleganz ihrer Kleidung und ihrer ganzen Erscheinung bedacht sind.

Man bekommt Kämme zu Gesicht, deren zum Teil aus-

gebrochene Zinken am Ende gespalten sind und nun bei jedem Kämmen eine kleinere oder größere Anzahl Haare ausreißen, im übrigen aber starrt das Ganze von einer schwarzen aus Fett, Staub und Schmutz aller Art zusammengesottenen Schmutzkruste. Ebenso, wenn nicht schlimmer, geht es mit der Bürste, deren Borstenspitzen nur mühsam aus einem undurchdringlichen Meer von Schmutz hervorragen. Man würde dergleichen nicht begreifen von reinlichen und einsichtigen Leuten, wenn man nicht wüßte, daß die meisten Menschen nur über das nachdenken, worüber ihr Nachdenken angeregt wird und nur das thun und üben, was sie gesehen und gelernt haben, und daß merkwürdigerweise die Reinigung von Kamm und Bürste zu keinem von beiden gehört. Obgleich es auf der Hand liegt, daß alle zur Reinigung, Säuberung und Ordnung dienenden Gerätschaften selbst in einem Zustande untadeliger Ordnung und Sauberkeit sein müssen, so findet man außerordentlich oft diesen Grundsatz, sei es aus Mangel an Einsicht oder Reinlichkeitssinn, oder sei es aus Bequemlichkeit, auf Kamm und Bürste nicht angewendet. Das Bewußtsein von der Schädlichkeit solcher Unsauberkeit sieht man sehr häufig sich kundgeben in dem oft an ein komisches Entsetzen grenzenden Widerwillen gegen die Bürsten, mit denen der Friseur seine Klienten zu bearbeiten sich anschickt, sowie in der allgemein verbreiteten Scheu, sich des Kammzeuges anderer zu bedienen. Man würde Kamm und Bürste Fremder kaum so fürchten, wenn man nicht selbst ein so böses Gewissen hätte in dieser Richtung und nicht anderen noch weniger zuzutrauen pflegte, als sich selber. Diese Besorgnis hat bei der Möglichkeit der Übertragung der Hautkrankheiten durch Vermittelung des Kammzeuges einige Berechtigung, nur sollte man dieselbe auch auf den Schmutz des eigenen Kammzeuges ausdehnen, weil man ganz außer stande ist, mit schmutzigen Kämmen oder Bürsten Haar und Kopfhaut die zum Gedeihen durchaus unentbehrliche Reinlichkeit angedeihen zu lassen.

Mancher wird entrüstet den Vorwurf der Unreinlichkeit

hinsichtlich seiner Haarreinigungsinstrumente von sich zurückweisen in dem Bewußtsein, für die Reinlichkeit seiner Bürste durch tägliches Abbürsten derselben an der weiten Seite des Frisierkammes und für die des Kammes durch gelegentliche Herausbeförderung des zwischen den Zinken haftenden Schmutzes mit Haarnadel oder Scherenspitze gewissenhaft und seiner Meinung nach ausreichend zu sorgen. Diese Bestrebungen sind anzuerkennen, aber sie genügen nicht. Was den Kamm anlangt, der namentlich an seinem engen Ende sehr geneigt ist, durch den bekannten schwarzen Fettschmutz bis fast an die Spitzen zu verkleben, so bedarf derselbe zwar einer sehr gründlichen Reinigung, aber die beliebte Behandlung mit Messer- und Scherenspitzen, mit Stopf- oder anderen Nadeln, sowie überhaupt mit scharfkantigen metallenen Instrumenten verträgt kein Kamm. Das Metall reißt nur die Hauptmasse des Schmutzes fort und läßt den unmittelbar an der Zinke haftenden ungestört sitzen, oft mit einer so rauhen Oberfläche, daß nun die neuen Schmutzmassen nur um so leichter daran haften bleiben und in kurzer Zeit aufs neue den Kamm ausfüllen. Außerdem ruinieren die scharfkantigen metallenen Instrumente in hohem Maße die Politur der Zinken und bringen dieselben zum Zerspalten, so daß nicht bloß der Schmutz weit besseren Halt findet, sondern daß auch die Haare vielfach in den Sprüngen und Spalten der Zinken festhaken und bei der täglichen Wiederholung des Kämmens in großer Zahl ausgerissen werden. Die allein richtige Reinigungsart des Kammes besteht in der Wäsche. So oft der Schmutz sich bemerkbar macht, muß er mit Seifenwasser und Nagelbürste ausgewaschen werden. Man kann auch den Kamm nach vorheriger Aufweichung in Seifenwasser kämmend durch ein straff gehaltenes Bündel von Zwirnfäden ziehen, bis aller Schmutz gründlich entfernt ist. Die Pferdehaare, so viel sie auch dazu gebraucht werden, eignen sich doch wegen ihrer Glätte und Härte weniger zu dem Zweck.

Mehr noch als der Kamm, ist die Bürste der Reinigung

auf nassem Wege bedürftig. Auf mechanische Weise, durch Auskämmen mit dem Frisierkamm, läßt sich dieselbe überhaupt nur in sehr unzulänglicher Weise bewerkstelligen, abgesehen davon, daß bei dieser Art von Säuberung stets eine große Anzahl Borsten abzubrechen und zu spalten pflegt, was beim Bürsten nur das Haar rauh macht. Man erreicht aber auch seinen Zweck gar nicht einmal auf diese Art, denn der Hauptschmutz sitzt ja viel zu tief und fest in und zwischen den Borstenbündeln am Boden der Bürste. Die Wäsche selbst nimmt man am besten so vor, daß man immer je zwei schmutzige Bürsten zusammen wiederholt in warmes Seifen- oder (nicht gar zu starkes) Sodawasser taucht und dabei die eine mit der andern ausbürstet, bis die Borsten in untadeliger Weiße erscheinen. Nach mehrmaligem Ausschwenken mit reinem Wasser und Abtrocknen mit einem weichen Tuch legt man die Bürste zum Trocknen mit den Borsten nach unten auf ein zusammengelegtes trockenes Leintuch. Die Bürste am Ofen oder in der Nähe desselben zu trocknen, hat seine Gefahren, da die Borsten gar zu leicht von der Hitze leiden oder geradezu verdorben werden. — Nach öfterer Wiederholung solcher Wäsche werden die Borsten manchmal weich und biegsam, ein Übelstand, der sich dadurch leicht wieder beseitigen läßt, daß man die Bürste nach dem Auswaschen (aber nur wenn ihr weicher Zustand das nötig macht) mit einer schwachen Auflösung von Alaun ausspült und ohne dieselbe herauszuschwenken, in der obengenannten Art trocknet; das giebt den Borsten ihre alte Steifigkeit, ohne ihnen im mindesten zu schaden. Es versteht sich, daß nicht jede Bürste eine solche Lebensweise verträgt, man muß diesen Punkt gleich bei der Anschaffung ins Auge fassen und sich eine wirklich gebundene Bürste kaufen. Bürsten mit eingelassenen und bloß geleimten Borsten zeigen zwar vielfach ein besseres Aussehen, können sich aber an Solidität und Brauchbarkeit mit jenen gar nicht messen. — Das führt darauf, von Gestalt und Eigenschaften der Bürste selber zu reden.

Die Bürste soll das Werk des Kammes, dessen Aufgabe in der Ordnung und vorläufigen Reinigung besteht, vervollständigen und vollenden. Sie soll den Staub und Schmutz, den der Kamm noch zurückließ, vollends entfernen, wozu der unendlich viel dichtere Stand der Borsten sie befähigt. Aber sie soll auch für die Glätte der Frisur und den Glanz des Haares sorgen, das durch die Zinken des Kammes, auch des Engkammes, mehr aufgelockert, durch den Bürstenstrich dagegen geschlichtet und durch die enge und parallele Lagerung auch aneinander gefestigt und mit schönem Glanze ausgestattet wird. Eine gute Bürste muß also hinreichend steife Borsten haben, daß sie auch ins Haar ganz wenig eindringt; die Borsten sollen aber nicht so dick und hart sein und nicht so weitläufig stehen, daß sie die Haut kratzen und durch ihre Dicke und ihren weitläufigen Stand die Haare nach Art eines Engkammes auseinander drängen, statt sie zu glätten. Und andererseits dürfen sie auch nicht zu lang und weich sein, daß sie sich biegen, ohne zwischen das Haar einzudringen; aus demselben Grunde sollen auch die Borsten wieder nicht zu dicht und eng stehen; ganz dichte Bürsten kann man nur zur letzten Glättung der Frisur gebrauchen. Im allgemeinen müssen die Borsten auch von gleicher Länge sein, so daß sie eine ebene Fläche bilden, und diese ebene Fläche soll lieber etwas hohl sein als gewölbt. Freilich schickt sich auch hier nicht eins für alle. Frauen brauchen anders gestaltete Bürsten als Herren; wer dünnes Haar hat, kann eine dichtere Bürste gebrauchen, die sich wieder mit dichtem Haar nicht so gut verträgt u. s. w. Die Bürstenkolosse, wie man sie in Friseurläden häufig sieht, haben nur einen sehr geringen Wert, aber wiederum ist es auch ein Unding, einen reichen dichten Haarwuchs mit einer Zwergbürste ausreichend bearbeiten zu wollen.

Die jetzt vielfach gebrauchten Stahldrahtbürsten scheinen gerade keine glückliche Erfindung zu sein. Sie schaden an sich nicht, aber sie entsprechen in ihrer Wirksamkeit mehr

dem Engkamm, als der Bürste. Denn einerseits reinigen sie wegen des weiten Standes der Stahlborsten das Haar nicht in dem Maß von Schmutz wie die Haarbürste, und andererseits schlichten und befestigen sie auch das Haar nicht aneinander, wie eine Bürste es thut und thun soll. Wer darauf geachtet hat beim Gebrauch der Stahldrahtbürste, wird gefunden haben, daß das Haar nach dem Bürsten locker und loser ist als nach dem Kämmen mit dem Engkamm, so daß zur Festigung und Glättung doch wieder zur Haarbürste gegriffen werden muß. Dazu kommt noch, daß die Metalloberfläche der Stahlborsten nach einiger Zeit mit dem sauren Fett zusammen eine chemische Verbindung eingeht und sich mit einer rauhen zackigen Schicht von Oxyd überzieht, von der sich der Schmutz durchaus nicht entfernen läßt. Eine Reinigung dieser Bürste ist überhaupt kaum ausführbar, so daß man wenig Grund hat, dieser modernen Erfindung, die kaum Vorzüge, wohl aber Nachteile hat, das Wort zu reden.

Noch ein Punkt verdient Berücksichtigung bei der Beurteilung der Stahldrahtbürsten. Dieselben werden nämlich von Fabrikanten vielfach als bestes Mittel zur Beseitigung von „Schinn" und Schuppen der Kopfhaut angepriesen. Die mechanische Entfernung des Schinns hat aber für die Heilung der Krankheit nicht das mindeste zu bedeuten, worauf übrigens Kap. 22 noch eingehend zurückkommt.

Der Kamm ist ein zu allgemein verbreitetes Instrument, als daß er vieler Beschreibung bedürfte, und doch wissen Viele gar nicht, worauf es ankommt beim Kamm. Der Zweck des gewöhnlichen Frisierkammes, der sehr passend in eine weite und eine enge Hälfte geteilt zu sein pflegt, ist ein doppelter Die weite Seite dient allein der Aufgabe der Ordnung des Haares aus dem Groben, der Beseitigung von Verfilzungen und Verknotungen der Haare untereinander, kurz der Vorbereitung für die Bearbeitung mit Engkamm und Bürste. Der Engkamm steht zwischen dem ersteren und der Bürste, ihm

fällt außer der Ordnung auch die Reinigung von Kopfhaar und Haut zu. Mit dem Engkamm wird aber entschieden vielfach Unfug getrieben, wenn man ihn verwendet, um allen Schmutz von der Kopfhaut abzuschaben und zu kratzen. So behutsam, oft in ganz unverständiger Weise ängstlich, man sonst mit der Kopfhaut ist, als sei sie etwas ganz besonderes, so mutet man ihr wiederum auch, und das in der Meinung, ihr eine besondere Wohlthat zu erweisen, eine Behandlung zu, die geradezu barbarisch zu nennen ist und deren Folgen keine guten sein können. Man scheut sich, zu harte Bürsten auf die Kopfhaut anzuwenden, aus Furcht sie zu kratzen und zu reizen, aber man fürchtet sich gar nicht, die Kopfhaut mit dem engen Kamm Tag für Tag aufs äußerste zu mißhandeln und blutig zu kratzen. Der Engkamm kann allein dazu dienen, um lose an der Haut haftenden oder ihr bloß aufliegenden Schmutz zu entfernen, sowie den in und an dem Haar hängenden oder durch die Pomade angeklebten Staub, Puder und gröberen Schmutz abzustreifen; Fett und festsitzender Schmutz läßt sich von Haut wie Haar gründlich und ohne schädliche Nebenwirkungen nur durch Waschen entfernen. Der Versuch, die schmutzigen Hände mit einem Messer rein zu kratzen, böte augenscheinlich noch mehr Aussichten auf Gelingen, als noch so vieles Kämmen der Kopfhaut mit dem engen Kamm, und doch thut auch das niemand, weil er schon im voraus von dem Mißlingen überzeugt ist. Ein Engkamm ist aber zu derartiger Reinigung noch viel weniger geeignet, als ein Messer, denn er hat wohl ziemlich spitze aber nie wirklich scharfe Zinken. — An den Zinken des Kammes, des weiten wie des engen, soll alles abgerundet sein, Spitzen wie Kanten. Jede einzelne Kammzinke soll sorgfältig gearbeitet wie eine spitz zulaufende Radspeiche aussehen, soll also einen durchaus ovalen Querschnitt haben, so daß die Zinken leicht und weich nach den Seiten zu in der Richtung der andern Zinken ausweichen können. Die dadurch bedingte elastisch nach den Seiten aber nicht in der Strichrichtung nachgebende

Beschaffenheit ist es, die den Kamm angenehm weich für die Haut erscheinen läßt. Ebenso darf auch die Spitze nicht mit scharfen Ecken enden, sondern sie muß in der Strichlinie gut gerundet und an den Seitenkanten sorgfältig abgestumpft sein. Ebenso unerläßlich ist eine gute Politur der Zinken, weil der Schmutz weit schwerer daran hängen bleibt und weil nachher der wirklich schmutzige Kamm sich viel leichter reinigen läßt. Rauhe Kämme lassen sich auch bei dem besten Willen nicht rein halten, Grund genug, schonend mit einem guten Kamm umzugehen, um die Zinken nicht durch rohe Reinigungsmanipulationen mit scharfen Metallinstrumenten rauh und rissig zu machen. Das beste Material zum Kämmen sind gutes Büffelhorn, Elfenbein, Hartgummi oder Schildkrot, Materialien, die sich durch ihre Festigkeit und Elastizität, sowie gute Politurfähigkeit auszeichnen. Kämme aus schlechtem Horn sind aus vielen Gründen, namentlich wegen ihrer schlechten Haltbarkeit und der meist schlechten Bearbeitung durchaus unpraktisch, und hölzerne (Buxbaum-)Kämme einfach nicht zu gebrauchen. Ein Kamm mit ausgebrochenen oder gespaltenen oder ungleich langen Zinken muß als unbrauchbar außer Dienst gestellt werden und je eher je lieber einem neuen brauchbaren weichen. Es sind das alles ja Kleinigkeiten, aber viele Kleinigkeiten zusammen machen eine wichtige Sache aus, und das Leben ist so angefüllt mit und bestimmt durch Kleinigkeiten, daß auch diese ein Recht haben beachtet zu werden, und schließlich macht die Summe all der hier besprochenen kleinen Dinge das aus, was als Hautpflege einem jeden als eine mehr oder minder wichtige Sache erscheint.

c. Das Haarschneiden.

Das Abschneiden der Haare gilt in weiten Kreisen nicht bloß als das einzige, was man in diätetischer Beziehung für die Pflege und Erhaltung eines gesunden Haarwuchses thun

könne, sondern als das wirksamste, ja fast als das Universalmittel gegen alle das Haar treffenden Schäden.

Leidet jemand an verstärktem, beunruhigendem Haarausfall oder hat er mit „Schinn“ zu kämpfen oder auch mit vorzeitigem Ergrauen, so gehört das „Abschneiden der Spitzen“ zu den ersten Maßregeln. Dies „Abschneiden der Spitzen“ ist auch das A und das O des Barbiers, der sofort mit dem Rat bei der Hand ist, „recht häufig die Spitzen abschneiden zu lassen“, wenn ihm jemand seine Not klagt hinsichtlich seines Haares; der Barbier, der vom Haarschneiden lebt, weiß gewiß auch am besten, warum und wozu es gut ist. In dieser vielfachen und bei jeder Gelegenheit beharrlich wiederholten Empfehlung des Haarschneidens von seiten der Barbiere und auch der Friseure darf man wohl einen Hauptgrund erblicken für seine Popularität. Denn wenn man Nachfrage hält nach Leuten, denen das Haarschneiden augenscheinlich genützt hat, so hört man recht wenig davon, dagegen ist mir von Haarkranken ungemein oft die Klage entgegengetreten: „es hat alles nichts genützt, auch das Abschneiden der Spitzen nicht.“ Eine große Rolle spielt bei dem Gedanken an die Nützlichkeit des häufigen Haarschneidens die Vorstellung von der Ähnlichkeit des Haars mit der Pflanze; man meint eben, in derselben Weise und aus demselben Grunde wie eine Weißdornhecke nach dem Beschneiden stärkere und zahlreichere Triebe bekomme, so daß die ganze Hecke dichter wird, ebenso müsse nach dem Schneiden auch das Haar an Stärke der einzelnen Haare und an Dichtigkeit des ganzen Wuchses zunehmen. Man läßt dabei ganz außer acht, daß das Haar mit einer Pflanze nicht die entfernteste Ähnlichkeit hat. Die Pflanze ist ein *lebender* Organismus für sich, in deren ganzem Körper, wenn man so will, Lebenssäfte zirkulieren und der Stoffwechsel an jedem Punkte thätig ist und seine Wirkungen geltend macht, das Haar ist aber nichts als ein Anhängsel des Organismus, nichts als ein *toter* Hornfaden, das Endprodukt des Stoffwechsels, welches sich, sobald

es einmal auf der Hautoberfläche hervorgekommen ist, durchaus nicht weiter verändert. Freilich pflegt einem jungen Manne, der es nicht erwarten kann, bis sich sein keimender Flaum zum Schnurrbart entwickelt, den er kann sehen lassen, das fleißige Rasieren gewöhnlich in einigen Monaten zu „helfen", ebenso „hilft" auch das häufige Haarschneiden, wenn nach schweren Krankheiten das Haar völlig ausfiel, dem jungen Nachwuchs recht oft. Aber wenn man die Sache vorurteilsfrei betrachtet, so sieht man bald ein, daß der Bart auch ohne Rasieren ebenso schnell würde gewachsen sein, weil seine Zeit gekommen war, und auch das wiederhervorsprießende Haar wäre ohne Schneiden genau so kräftig, wenn nicht kräftiger gewachsen. Dem Glauben an die Wirkung des Haarkürzens liegt eine unrichtige Beobachtung zu Grunde. Es wurde schon in Kap. 1 darauf hingewiesen, daß alle Haare eine typische, je nach dem Standort (Kopfhaut, Oberlippe, Haut des Fingerrückens) jedoch verschiedene Länge hätten. Aber für alle gilt ein- und dasselbe Gesetz: Alles Haar wächst um so langsamer, je länger und um so schneller, je kürzer es ist im Vergleich mit der ihm zukommenden Länge. Schneidet man also dem ausgewachsenen Frauenhaar die Spitzen ab, so gehören viele Monate dazu, den Verlust zu ersetzen; das kurzgehaltene Haar des Knaben sowie der rasierte Bart wachsen schon in ein bis zwei Wochen um 1 cm und mehr, weil sie nicht an der Spitze, sondern an der Wurzel gekürzt wurden. Hätte das Schneiden wirklich eine Verstärkung des Wachstums der Haare zur Folge, wie bei den Pflanzen durch das Schneiden jede einzelne in ihrem Wuchs gestärkt und gekräftigt wird, so wäre dieselbe wohl kaum beschränkt auf das Längenwachstum, sondern es würde wahrscheinlich jedes einzelne Haar auch stärker und dicker werden, und man hätte alle Ursache, es zu meiden. Glücklicherweise ist letzteres nicht der Fall. Wenn das Kürzen der Haare den vorausgesetzten und allgemein geglaubten Einfluß auf den Bestand des Haares hätte, so müßten die Männer

(die an sich ein fast ebenso langes Haar haben wie das weibliche Geschlecht) im allgemeinen ein viel üppigeres und schöneres Haar in das höhere Lebensalter hinüberretten, als die Frauen; denn während letztere nur ausnahmsweise das Haar schneiden und dann auch nur die äußersten Spitzen des ausgewachsenen Haares stutzen, kürzen die Männer ihr Haar während ihres ganzen Lebens auf etwa den zehnten Teil seiner natürlichen Länge. Nun wird es aber wohl kaum bestritten werden können, daß, wenn eines der beiden Geschlechter sein Haar länger und besser konserviert als das andere, es dasjenige ist, das sein Haar bis zur natürlichen Länge auswachsen läßt: das weibliche. Bei dem ungestörten Lauf der Dinge, also beim Frauenhaar kommt die Papille, sobald das Haar seine volle Länge erreicht hat, zur Ruhe und verharrt darin längere oder kürzere Zeit, bis nämlich das Haar abstirbt und ausfällt. Die nun sofort zu neuem Leben erwachende Papille bringt dann ein neues Haar hervor, das denselben Kreislauf durchmacht. Dieser Vorgang findet sich wieder an allen Haaren des Körpers, die nicht geschnitten werden, auch an den ganz kurzen, und man kann ihn wohl als das Natürliche und Normale betrachten. Die Papille des nie entfernt seine natürliche Länge erreichenden Männerhaares dagegen kommt während des ganzen Lebens nicht zur Ruhe, wird im Gegenteil unausgesetzt zu regster Thätigkeit angereizt durch das stete Zurückstutzen des Haares auf eine Länge, bei der das Wachstum das allerlebhafteste ist. Dieses schnelle Wachstum dauert aber nur so lange, bis das Haar ein Viertel oder Drittel seiner Länge erreicht, also eine Länge, die wieder dreimal so lang ist, als das Kopfhaar von den Männern getragen zu werden pflegt. Nun also zu behaupten, daß die immer wieder vorgenommene Verkürzung dieser Haarstoppeln — beim Männerhaar, dem die wirklichen Spitzen einfach fehlen, vom „Verschneiden der Spitzen" zu reden, ist ein Unding — um einige Centimeterchen irgend welchen Einfluß auf die Kräftigung

des Haarwuchses haben sollte, das ist doch eine ziemlich starke Zumutung an die — Leichtgläubigkeit. Die Sache läuft lediglich darauf hinaus, daß bei dem gewohnheitsmäßigen Kurzhalten des Haares die Bildungsstätte desselben, die Haarpapille, niemals zur Ruhe kommt und es ist eben die Frage, ob diese Thätigkeit ohne Ruh und Rast überhaupt und wirklich von Nutzen für das Haar ist. Es giebt ärztliche Beobachtungen, wonach dem Schneiden des gesunden Haares entschieden kein beschleunigender oder kräftigender Einfluß zukommt. So teilt der berühmte alte Hebra es als eine feststehende Thatsache mit, daß „bei weiblichen Personen, welche ein sehr langes, jungfräuliches Haar besitzen, dieses nie mehr die ursprüngliche Länge erreicht, sobald es einmal abgeschnitten wurde".

Nun handelt es sich ja freilich in den Fällen, wo sich jemand zum öfteren Kürzen des Haares, zum häufigen Abschneiden der „Spitzen" entschließt oder überreden läßt, meist nicht um gesundes, sondern um krankes Haar. Und auch hier entsteht sofort wieder die Frage, ob dem in seinem Wachstum nur mühsam fortkommenden, zum Teil sogar absterbenden und ausfallenden Haare der in dem Zurückstutzen etwa liegende und jedenfalls beabsichtigte Anreiz zu erneuter und vermehrter Wachstumsanstrengung wirklich zu Nutz und Frommen gereicht oder nicht. Bei dem Mangel und der offenbaren Schwierigkeit einschlägiger Beobachtungen bleibt nichts anderes übrig als Schlüsse nach den entsprechenden Verhältnissen anderer Organe zu ziehen. Wenn die Funktionen anderer Organe drüsiger Natur, sei es nun Magen, Nieren, oder auch Gehirn, Augen ꝛc. Not leiden oder zu erschöpfen drohen, so pflegt man nicht die aufs höchste getriebene Anstrengung und die fortwährende Reizung zur Thätigkeit als das zur Heilung und Genesung führende anzusehen, sondern im Gegenteil die weitgehendste Schonung. Der Grundsatz von der Schonung ließe sich am Ende auch auf die kranken Haare mit Nutzen anwenden,

sowohl was die ausgehenden als was die nach erschöpfenden Krankheiten wiederkehrenden Haare betrifft. Die ersteren sind nicht mehr und die letzteren noch nicht wieder kräftig genug, um ein häufiges Schneiden zu ertragen.

Über das Haarschneiden eine feste, auf eine rationelle Grundlage sich stützende Richtschnur zu haben, wäre von außerordentlicher Wichtigkeit für die Behandlung auch des gesunden Haares. Was man jetzt so liest in populären Büchern, macht durchaus den Eindruck, als sei es nur der getreue Abklatsch der populären Meinungen über diesen Gegenstand, aufgeputzt mit einigen medizinisch klingenden Phrasen. Die übliche Begründung aber des Nutzens und der Notwendigkeit des Haarschneidens könnte viel besser in einem Buche stehen, welches von „dem Nutzen des Beschneidens des Weinstockes oder der Obstbäume“ handelt, als in einem Buch über das menschliche Haar. Man läßt nämlich bei der Erörterung der Frage immer zwei sehr wichtige Punkte gänzlich unberücksichtigt.

Zunächst pflegt man gar nicht zu bedenken, daß es gar keine größere Unähnlichkeit geben kann, als die von Pflanzen und Haaren: erstere bekommen ihren Anwuchs an der Spitze, die letzteren an der Wurzel, denn sie schieben sich mechanisch aus der Haut hinaus wie eine Nudel aus der Nudelmaschine; und anderseits läßt man merkwürdigerweise den Grundunterschied zwischen dem Schneiden des Männer- und Frauenhaars ganz außer acht. Letzteres bedeutet in der That eine Kürzung an der wirklichen Spitze, das erstere dagegen, „das Abschneiden der Spitzen“ des Männer- und Knabenhaares ist der bereits gegebenen Darstellung zufolge keineswegs ein Beschneiden der Spitze, sondern ein Abschneiden des ganzen Stammes, ein oft wiederholtes Zurückstutzen auf die Wurzel.

Wenn nicht das Haar ein lebloser Hornfaden wäre, sondern ein Gebilde von den Eigenschaften der Pflanze, mit der es so oft verglichen wird, so wäre man längst über diesen Punkt ins reine gekommen, denn von den Pflanzen, von

denen auch nicht alle das Beschneiden, namentlich nicht das Abschneiden dicht über der Wurzel vertragen, weiß man längst durch die Erfahrung, wie jede einzelne Art beschnitten sein will. Jedenfalls das liegt ganz klar auf der Hand: das Beschneiden kann nur auf diejenigen Haare hinderlich oder förderlich wirken, welche von der Schere oder dem Rasiermesser getroffen werden; es kann also die Zahl der Haare unmöglich durch das Schneiden vermehrt werden und man kann deshalb nie und nimmer erwarten, durch das Beschneiden einen dichteren Stand des ganzen Wuchses zu erzielen. Es muß das eigens hervorgehoben werden, weil manche Mutter von den „sichtlichen Erfolgen" des Haarschneidens auf die Dichtigkeit des Haares bei ihren Kindern so gern und zuversichtlich redet. In einem Alter, wo der Haarwuchs ohnehin in stetem Zunehmen und Wachsen begriffen ist, lassen sich solche „Erfahrungen" allerdings leicht machen. Leider lassen dieselben stets in den Fällen im Stich, wo man sich die größte Mühe giebt, durch das Haarschneiden wieder einen dichteren Wuchs des Haares zu erzielen. Der Mondschein wird nur um so heller und das Haar nur um so dünner. Wie schon erwähnt, findet man schlechtes, schwaches Haar und Glatzen beim männlichen Geschlechte viel häufiger, als beim weiblichen, und die jugendlichen Kahlköpfe unzweifelhaft in überwiegender Zahl bei dem ersteren. Wenn es nun auch feststeht, daß man als Ursache dieser Erscheinungen ganz bestimmte Krankheiten der Kopfhaut anzusprechen hat, und vielleicht auch die dem Haarwuchs nachteiligere männliche Kopfbedeckung (Filzhut, Helm), so liegt doch die Annahme nahe, daß gar zu kurz gehaltenes Haar eben wegen der unausgesetzten hochgradigen Wachstumsanstrengung sozusagen überanstrengt oder erschöpft werde und dadurch leichter jenen haarzerstörenden Krankheiten zum Opfer falle. Man möchte sich nach alledem versucht fühlen, die landläufige, durch die Erfahrung aber nur wenig gestützte Meinung

von der Nützlichkeit des Kurzhaltens der Haare — denn darauf läuft „das häufige Verschneiden der Spitzen" doch einfach hinaus — aufzugeben zu gunsten des Satzes, daß das Haarschneiden den Haarwuchs mit der Zeit schwächt und erschöpft, und zwar den kranken noch mehr, als den gesunden. Unsere altdeutschen Vorfahren trugen nach den Berichten von Cäsar, Dio Cassius und Tacitus ihr langes, sorgfältig gepflegtes Haar in einem Schopf am Hinterkopf zusammengebunden, woraus ersichtlich ist, daß der Haarwuchs aus der Unbekanntschaft mit der Schere nur Vorteil zieht. Wenn heute diese altdeutsch-urgermanische Haartracht der Männer Mode werden sollte, so würde die Mehrzahl unserer Herrn wohl zu „falschen Schöpfen" greifen müssen, noch mehr als die Damen es jetzt machen mit den falschen Zöpfen. — Die Chinesen, die allerdings den übrigen Kopf rasieren, lassen sich einen langen Zopf wachsen an der Stelle, wo bei uns meist nur Glatzen wohl gedeihen, und zwar soll derselbe fast so dick sein als die Stelle, der er entspringt; eine Thatsache, die sich vielleicht gleichfalls in dem Sinne auffassen und als Beweis betrachten ließe für die Richtigkeit des Satzes, daß das Kurzhalten eher hinderlich als förderlich für das Wachstum des Haares sei.

Es handelt sich aber beim Haarschneiden, darüber muß man sich jedenfalls klar sein, in beiden Fällen nicht um ein gerade bedeutendes Maß von vorteilhaftem oder unvorteilhaftem Einfluß. Man wird indes gesundes Haar verschonen müssen mit zu häufigem Schneiden, selbst wenn das Haarschneiden nur eine „kleine" Mißhandlung vorstellt, aber vor allen Dingen gänzlich davon abstehen müssen, krankes oder schwaches Haar durch Kurzhalten resp. häufiges Abschneiden wieder „stärken" zu wollen, in Wirklichkeit aber vielmehr zu erschöpfen und zu überreizen.

Der Glaube an den „Haarwuchs stärkenden" Einfluß des Abschneidens des Haares ganz nahe an der Wurzel — man kann dann das schnelle Wachsen des abgeschnittenen ge-

sunden Haares ja ordentlich sehen — ist noch zu stark eingewurzelt, als daß das Gegenteil nun gleich allgemeine Annahme finden sollte; darum sei hier ausdrücklich bemerkt, daß es gewiß nicht viel schadet, wenn man kleinen Knaben oder Mädchen das eine oder andere Mal einen „Schwedenkopf schneiden", d. h. das Haar ganz kurz an den Kopf zurückstutzen läßt. In der Regel tragen aber Knaben wie Mädchen vorteilhafter das Haar halblang. Von diesem Gesichtspunkt aus kann man für Kinder, auch für Knaben, keine Frisur mehr empfehlen, als die jetzt moderne altdeutsche mit dem Scheitel in der Mitte. Es wäre zu wünschen, daß diese altdeutsche Tracht auch nach und nach für die Schulkinder beiderlei Geschlechts Mode würde; es würde nicht zu ihrem Schaden sein, namentlich die Mädchen würden vor dem zu frühen Einflechten, der dem weiblichen Haar drohenden Gefahr, um so länger behütet. Will man in zwei Worten zusammenfassen, was sich über den Einfluß des häufigen Haarschneidens oder besser gesagt des Kurzhaltens des Haares durch häufiges Zurückschneiden sagen läßt, so ist es folgendes: Das oft vorgenommene Kürzen gewährt dem gesunden Haarwuchs keinen Nutzen, bringt aber dem schwachen oder kranken Haawuchs Nachteile. Für ausgewachsenes Frauenhaar hat aber das Abschneiden der Spitzen (d. h. der wirklichen) weder eine fördernde noch eine schädigende Bedeutung.

Wesentlich ebenso hat man die Wirkung des Rasierens zu beurteilen und also keinen Erfolg zu erwarten von dem teilweisen Rasieren des Kopfes, wie es von manchen vorgenommen wird in der Hoffnung auf eine dadurch herbeigeführte Kräftigung und Mehrung des Haarwuchses. Wenn das Rasieren wirklich einen derartigen Einfluß hätte, was für Bärte müßte es geben und was für Barthaare resp. Borsten bei Herren, die nach zwanzigjähriger Gewohnheit des Rasierens sich, durch Rücksicht auf Zahnschmerz oder anderes bestimmt, den Bart wachsen lassen! Und doch bemerkt man nichts von

dergleichen. — So kann man denn in Bezug auf das Haarschneiden seinem Geschmack und der individuellen Neigung wie der Mode einigermaßen Folge leisten, solange das Haar gesund ist, schwaches und ausfallendes Haar sollte man aber lieber mit etwas mehr Schonung behandeln als üblich ist.

d. Das Haarfetten.

Über die gewöhnlichsten Dinge des täglichen Lebens pflegen die größten Meinungsverschiedenheiten im Schwange zu gehen; so ist es auch mit dem Haarfetten. Während der eine alles und jedes Fett für verderblich erklärt, weil er einmal von irgend jemand Fremdem eine Äußerung über die Schädlichkeit des Haarfettens gehört hat, salbt und pomadisiert und ölt der andere sein Haar wie ein roßhütender Sohn der ungarischen Pußta oder ein polnischer Jude Tag für Tag, als dürfte und könnte es nicht anders sein. Auch in Kreisen, wo man dergleichen nicht erwartet, begegnet man oft einer übertriebenen Anwendung oder besser gesagt, einem unausstehlichen Mißbrauch der Haarfettung, der um so unangenehmer und abstoßender wirkt, als seine fatalen Spuren sich nicht auf die Person beschränken, sondern im ganzen Hause geltend machen. Es sei nur erinnert an die „Schoner" hoher Polsterlehnen an Stühlen, Sofas u. s. w., sowie an die in vielen Häusern warnend paarweise über den Sofalehnen an der Wand angebrachten „Oreillers", jene kleinen Kissen, die einen an der Stelle der Tapete schon vorhandenen Fettfleck verdecken sollen oder die stumme, aber nachdrückliche Bitte der Hausfrau an den lieben Gast aussprechen: „Mach mir nur keinen Fettfleck!" In Häusern, wo sie fehlen, kann man sich zuweilen von ihrer Notwendigkeit durch die an den entsprechenden Stellen bemerkbaren kopfgroßen, schwarzglänzenden, dicken Fettflecken überzeugen. Die Rockkragen, Kopfbedeckungen und Kopfkissen mancher Personen liefern einen weiteren Be-

weis für den vielfach üblichen übertriebenen Gebrauch des Haarfettens. Es giebt eine große Zahl von Personen mit gesundem, kräftigem Haarwuchs, deren Haar so viel natürliches Fett besitzt, daß man ihnen von dem Gebrauch von jeglichem Haaröl oder Pomadenfett nur dringend abraten kann. — Die Unterlassung des Fettens läßt das Haar bedeutend voller und üppiger erscheinen, weil die Haare nicht aneinander gekleistert werden, sondern alle einzeln in die Erscheinung treten. Nun kann es allerdings dennoch nötig werden, derartiges Haar ein wenig zu fetten, wenn es sich z. B. allzu rauh und widerspenstig oder haltlos erweist, um ohne die schmeidigende Wirkung des Fettes sich in eine gefällige und glatte Anordnung der Frisur zu fügen und halten zu lassen. So versteht es sich denn auch von selbst, daß man dem gesunden Haar künstlich das Fett ersetzen muß, wenn man es ihm durch eine Waschung mit Seife entzogen hat, da das natürliche Fett sich so schnell nicht ersetzt, als im Interesse seines Glanzes, seiner Weichheit und Fügsamkeit notwendig ist. Aber unbedingt fetten soll man das Haar, wenn es an sich fettlos und trocken ist. Ein solches, sich trocken und hart anfühlendes Haar ist ohne allen Glanz, dabei oft rauh und starr und widerspenstig, so daß es sich nicht frisieren läßt. — Manche an gute Selbstbeobachtung gewöhnte Personen bemerken, daß ihr Haar je nach dem Wetter verschieden ist nach Aussehen und Eigenschaften. Bei anhaltend trockenem Ostwind erscheint es weit voller, aber auch rauher und glanzloser, als bei feuchtem, nebligem Wetter. Fettlosem Haar kommt nämlich die Fähigkeit zu, Wasser aus der Luft aufzunehmen und zwar in demselben Maß als die Luft Feuchtigkeit enthält. Bei trockenem Wetter verliert es diese sozusagen nur geliehene Feuchtigkeit sofort wieder und fühlt sich dann außerordentlich ungefügig, rauh und trocken an und ist in diesem Zustande der Fettung sehr bedürftig, weil es sonst leicht spaltet und auch brüchiger wird als richtig gefettete Haare.

Es ist eine allgemein verbreitete, aber doch den Thatsachen nicht entsprechende Meinung, daß die Trockenheit des Haares immer auf einen krankhaften Zustand des Haarwuchses oder richtiger der Kopfhaut und der zu den Haaren gehörigen Fettdrüsen hindeute. Allerdings bringen Erkrankungen der Kopfhaut der Regel nach Trockenheit des Haares mit sich, aber häufig genug kann man trotz der Trockenheit des Haares im übrigen nichts krankhaftes bemerken, ebenso wie umgekehrt offenbar bestehender Haarschwund mit einer unverminderten, ja selbst einer vermehrten Fettabsonderung der Haar-Talgdrüsen einhergehen kann.

Wer nun aber durch die Trockenheit seines Haares zum Einfetten desselben genötigt ist, der soll niemals die eine Kardinalregel aus den Augen lassen, die für alles Haarfetten gilt: Man darf dem Haar nur äußerst sparsam, so wenig wie möglich Fett geben. Man muß sich stets den Zweck der Maßregel vergegenwärtigen: Das künstliche Fett soll nur ein Ersatz sein für das natürliche. Die natürliche Einfettung aber ist sehr geringfügig, sie geht nie so weit, daß man das Fett sehen kann, oder daß man gar einen blanken Fettstreif wahrnimmt. Öl wie Pomade müssen deshalb in kleinen Mengen zwischen den Händen gänzlich verrieben und dann auf und zwischen das Haar verteilt werden; das nachfolgende gründliche Durchbürsten des ganzen Haares sorgt für die notwendige Vervollständigung der Verteilung. Die meisten derjenigen, welche ihr Haar pomadisieren, begehen den Fehler, in schablonenmäßiger Weise alle Morgen ohne Rücksicht auf die in dem Haare bereits vorhandene Fettmenge aufs neue zu fetten. Das ist selbstverständlich grundfalsch, denn eine solche Fettmenge bringt auch die fettreichste Kopfhaut nicht im entferntesten hervor. Jeder Kopf oder jedes Haar verlangt je nach dem Grade seiner Trockenheit, sowie nach seiner Beschaffenheit seine ganz verschieden zugemessene Fettmenge, so daß man sich mit der Anwendung des Fettes nicht nach der Zeit zu richten hat

(also nicht jeden Morgen oder jeden zweiten oder vierten Morgen), sondern ganz und gar nur nach dem Bedürfnis d. h. nach der Trockenheit des Haares, die sich je nach den Verhältnissen recht verschieden zeigen kann und bei trockenem Wetter, namentlich anhaltendem Ostwind, durch Aufenthalt in sehr staubiger Luft und dergleichen bedeutend stärker hervortritt, als unter den entgegengesetzten Verhältnissen.

Der übermäßige Fettgebrauch führt zu einigen mit der Zeit dem Haarwuchs nachteilig werdenden Übelständen. Alles Fett, das nicht wirklich ins Haar einziehen kann, sondern auf seiner Oberfläche sitzen bleibt, ist bei seiner großen Flächenausdehnung der Luft gegenüber und bei der hohen Temperatur des Kopfhaares, besonders im Sommer unter dem Hut, in außerordentlich hohem Grade der chemischen Zersetzung, dem Ranzigwerden ausgesetzt. Die dabei entstehenden fetten Säuren reizen die Haut und die an der Oberfläche derselben mündenden Ausführungsgänge der drüsigen Gebilde (Haarbälge, Talg- und Schweißdrüsen). Der eigentümlich säuerlich-moderige, alten Hüten und schmierigen Köpfen anhaftende Geruch, den man nicht beschreiben kann, den aber jeder kennt, findet sich nur an gewohnheitsmäßig zu oft und reichlich gefettetem Haar und ist der unzertrennliche Begleiter des in ranzige Zersetzung übergegangenen Haarfettes. Der Geruch ist so durchdringend, daß das Parfüm des immer aufs neue wieder darüber geschmierten Haaröls stets nur sehr kurze Zeit zur Geltung kommt, weil auch diese wohlriechenden Öle sofort in den Prozeß der chemischen Zersetzung und der Zerstörung hineingezogen werden.

Dieser charakteristische Geruch ist immer das Zeichen einer schlechten Wirtschaft und sagt dem Kenner ohne Worte: Der Kopf bekommt viel zu viel Fett und viel zu wenig Seifenwasser. Am besten kann man den Einfluß ranzigen Fettes und sauren Schweißes an der Beschaffenheit der Haare der Achselhöhle studieren, wenn auch natürlich das Kopfhaar in einen solchen Zustand

niemals geraten wird. Die Achselhaare befinden sich eben in noch viel ungünstigeren Verhältnissen als jenes und leiden infolge davon häufig an kleinen Knoten und winkeligen Knickungen und Aufdrieselungen und sind entschieden viel mürber, als man ihrer Dicke nach von ihnen erwarten sollte.

Außerdem ist ein fetttriefendes Haar ein richtiger Schmutz- und Staubfang, der sich in der unliebsamsten Weise geltend macht durch die Besudelung aller der mit dem Haar in Berührung kommenden Gegenstände; es ist der von dem Übermaß der Pomade aufgefangene und zusammengeklebte Schmutz, der die Bürsten und Kämme in der bekannten ekelhaften Weise mit einer schwarzen Schmutzkruste überzieht, der sich am innern Hut- und Mützenrande wieder findet, und der Rockkragen, Stuhl- und Sophalehnen, Kopfkissen und Schlummerrollen, Tapeten und manches andere verdirbt. Das allein wären schon Gründe genug, wenigstens für alle, die ihr Haar ölen und pomadisieren, möglichst sparsam mit dem Fett umzugehen und außerdem regelmäßige Waschungen des Kopfes vorzunehmen, wozu ja auch anderweitige Gründe genug vorliegen. Als eine Hauptregel in Bezug auf das Haarfetten und als kurzer Inbegriff des darüber Gesagten gilt also folgendes: Man soll das Haar nur dann fetten, wenn die Trockenheit des Haares das verlangt. Man fettet in diesem Fall das Haar nicht in regelmäßigen Zeitabschnitten, sondern so oft der Zustand desselben die Wiederholung nötig macht. Wer sein Haar ölt oder pomadisiert, der muß auch Haar und Kopfhaut regelmäßig waschen, und zwar um so öfter, je freigebiger er mit dem Fett umgeht. — Dies Kopfwaschen ist nicht etwa ein Luxus und beruht nicht auf theoretischer Empfehlung, sondern auf mannigfacher Erfahrung. Verschiedene an einfachem, vielleicht nur auf der mangelhaften Pflege beruhendem Haarausfall leidende Patienten, denen ich regelmäßige Kopfwasch-

ungen verordnete, haben mir nach einiger Zeit versichert, daß sie eine deutliche Besserung des Haarwuchses wahrnähmen. Das nebenbei. Das Wasser an sich schadet dem Haare entschieden nicht, was ausdrücklich bemerkt sein mag für solche, welche, um ihr Haar in irgend eine Lage oder Frisur zu bringen, zu den harten Pomaden, den wachshaltigen Bandolinen greifen. Man kann das Gleiche auf die einfachste und jedenfalls unschädliche Art dadurch erreichen, daß man mit einer in gewöhnliches Wasser oder Rosmarinwasser getauchten und leicht wieder ausgeschwenkten Bürste das Haar gelinde anfeuchtet und nun in die gewünschte Frisurlage bringt; nach kurzer Zeit trocknet das Haar wieder und behält zugleich die ihm gegebene Lage.

Für Manche ist es eine sehr wichtige Frage, ob sie zum Haarfetten Öl oder Pomade benutzen sollen. Im allgemeinen wird man zu dem Gebrauch von gutem Öl raten, nicht nur weil auch das natürliche Haarfett von öliger Beschaffenheit ist, sondern weil es sich außerordentlich viel leichter und ausgiebiger verteilt und auch noch besser ins Haar hineindringt, was man den festeren Fetten nicht in gleichem Maße nachsagen kann. Namentlich die festeren Pomaden, die gewöhnlich viel Wachs (oder Talg, Paraffin) enthalten, bleiben auf der Oberfläche des Haares sitzen, ohne ins Innere einzudringen. Das Öl läßt das Haar dünner, weicher und glänzender erscheinen, die festen Pomaden geben dem Haar eine größere Steifigkeit und Klebrigkeit und machen das einzelne Haar dicker, so daß das ganze Haar voller aussieht. Nach diesem Gesichtspunkt entscheidet man sich für eins von beiden, für Öl oder Pomade.

Von den Ölen empfiehlt sich am meisten das süße Mandelöl aus der Apotheke und zwar am liebsten ohne Parfüm, weil man dann durch Geschmack und Geruch jederzeit sich von der guten, nicht ranzigen Beschaffenheit überzeugen kann. Parfümiertes Haaröl sich anzuschaffen erscheint nicht so rätlich, weil

man nie weiß, wie alt der Inhalt des Fläschchens schon ist, und weil man die etwaige ranzige Beschaffenheit des Parfüms wegen nicht wahrzunehmen vermag. Frisches Olivenöl (Provenceröl) ist auch ein sehr gutes Haaröl; der schwach säuerliche Geruch des Olivenöles, der von Manchen für ein Zeichen des Ranzigseins gehalten wird, ist demselben eigentümlich, und unterscheidet das Olivenöl von andern Ölen, die an seiner Statt öfter gegeben werden.

Neuerdings werden die Mineralöle unter dem Namen „Vaseline-Öle“, „Vaseline-Präparate“, vielfach als Haaröl in den Handel gebracht und auch in den Zeitungen viel annonciert; bei dem ungemein niedrigen Preise dieser Art Öle fällt nämlich ein sehr reichlicher Verdienst ab, da zu den Haarölen die zu andern Zwecken unbrauchbaren verwendet werden. Die Nase wird über ihre Natur leicht getäuscht durch den Zusatz wohlriechender ätherischer Öle, die Zunge läßt sicht aber dadurch nicht irre führen, sondern schmeckt aufs deutlichste den Petroleumgeschmack durch. Das feinste Präparat dieser Art, der Vaseline sehr nahestehend, ist das „flüssige Paraffin“, das man in jeder Apotheke erhält. Seine völlige Geruchlosigkeit kann man nach Belieben durch Bergamottöl, Zitronenöl, Pomeranzenschalenöl oder dergl. beseitigen, wenn der Kopf durchaus einmal nach einem Blumengarten duften muß, denn hier schadet derselbe nicht. Das flüssige Paraffin wird nämlich unter keinen Umständen ranzig, ein Vorzug, den es vor allen Fetten voraus hat; ob ihm aber sonst die Eigenschaften des Fettes zukomme, muß erst die weitere Erfahrung lehren.

Von den festen Haarfetten ist und bleibt unstreitig das schönste das altbekannte Ochsenmark. Es hat viel für sich, die Ochsenmarkpomade im eigenen Hause zu bereiten, weil das, was man unter dem Namen kauft, recht häufig mit andern Fettarten ver—bessert ist. So wird von den Mineralölfabriken eine „sogenannte Rindermarkpomade“ verkauft, ein Präparat, das nichts mit Ochsenmark zu schaffen hat und auch

viel zu „schmierig“ ist für das Haar. — Zum Gebrauch muß man das Mark allerdings gut reinigen. Man zerreibt es kalt, zerläßt es dann bei gelinder Wärme mit ganz wenig Kochsalz und noch weniger Alaun, gießt es darauf auf kochendes Wasser aus und schmilzt es nach dem Erkalten wiederum, zur Entfernung des anhaftenden Wassers. Ein kleiner Zusatz von dem herrlich duftenden Benzoeharz verhindert jede Zersetzung (siehe Anhang Nr. 63).

Die harten, entweder Wachs, Wallrat oder Paraffin enthaltenden Stangenpomaden (Batons fixateurs) dienen nicht zum Haarfetten, sondern ausschließlich zur Steifung der Haare und zur Gestaltung der Frisur, namentlich zur Niederhaltung des unbotmäßigen, die Frisur rauh machenden kurzen Nachwuchses. Ein prinzipieller Unterschied zwischen weißer, brauner und schwarzer Stangenpomade besteht nicht. Einen ganz ähnlichen Zweck haben die Bandolinen, Flüssigkeiten, die man bereitet aus Pflanzenschleimen aller Art (Leinsamen, Quittenkernen, Isländischem Moos, Carragheen 2c.), gewöhnlich aber aus passend parfümiertem und zuweilen auch gefärbtem Traganthgummi (Rosen- und Mandelbandolinen Nr. 58). Befeuchtet man damit das Haar, so behält dasselbe nach dem Trocknen seine Lagerung, und selbst etwas gewaltsame Frisuren und unnatürliche Anordnungen geraten beim Tanzen oder Reiten nicht aus ihrer Fassung. Einfacher erreicht man denselben Zweck durch Befeuchten mit Bier, wenn gewöhnliches Wasser oder Öl nicht dazu ausreicht. — Bei dieser Gelegenheit sei auch noch einer Klasse von Präparaten erwähnt, welche dazu bestimmt sind, dem Haar einen schönen Glanz zu verleihen und die besonders für Konzert-, Gesellschafts- oder Theatertoilette benutzt werden. Es ist das der „Haarglanz“ oder wie die etwas mehr imponierenden fremden Bezeichnungen lauten: Hairgloss, oder Crême de Mauve (Nr. 59), bestimmt zur Schmeidigung und Festhaltung des Haares in Frisurlage und zur Verleihung eines erhöhten schöneren Glanzes.

Ein ganz ähnliches Präparat ist die Oleolisse tonique de Piver (Nr. 60) und die „Brillantine“ (Nr. 62); letztere wird besonders als „Bartglanz“ verwendet. So unschädlich diese Mittel an sich auch sind, so darf man sie doch nicht anwenden, ohne häufig das Haar gründlich zu waschen, einesteils weil sie, namentlich die Bandolinen, leicht in Gärung übergehen und durch die entstehenden Säuren einen andauernden Reiz auf die Kopfhaut ausüben, anderntheils, weil sie das klebrig gemachte Haar zum Staubfang machen und in hohem Maße verschmutzen.

e. Die Kopfbedeckung und das Haar.

Bei ihrer ersten Bekanntschaft mit Deutschland nannten die Römer das neuentdeckte Land Germania comata, d. h. das „behaarte Germanien“; so auffallend erschien ihnen das Aussehen der Männer durch ihre am Hinterkopfe zu einem Schopf zusammengebundenen und mit Sorgfalt gepflegten langen Haare. Langes Haar zu tragen war ein eifersüchtig gewahrtes Recht der Freien, die Leibeigenen und Sklaven gingen geschorenen Hauptes. Von einer Kopfbedeckung ist in den Berichten der römischen Geschichtsschreiber (Cäsar, Tacitus, Strabo), die sämtlich der ihnen im hohen Grade auffälligen Haartracht ihre ganze Aufmerksamkeit schenkten, nicht die Rede. Eine solche, etwa ein Helm, würde das Haar verdeckt haben und damit würde das in die Augen fallende, das Hervortretende der Tracht natürlich sofort verschwunden sein, so daß man wohl annehmen darf, die alten Germanen trugen eine nennenswerte Kopfbedeckung nicht. Dadurch würde dann wenigstens der Beweis geliefert, daß das Haar ohne besonderen Schutz vortrefflich gedeiht. Die aufmerksame Pflege, deren sich das Haar in seiner natürlichen Länge und Stärke erfreute, und der selbstbewußte Stolz, der es zum Zeichen und Vorrecht des freien und vornehmen Mannes stempelte, findet sich bei manchen Natur-

völkern wieder. Aber ebenso regelmäßig sieht man beides verschwinden in demselben Maße, als mit der sich verfeinernden Kultur andere Anschauungen zur Geltung kommen. Die Römer liefern gleich ein Beispiel für die Richtigkeit dieser Behauptung. Ihre Geschichtsschreiber, die ihren Zeitgenossen bewundernd von dem ur- und naturwüchsigen Haupthaar der Gallier und Germanen berichteten, wußten augenscheinlich nicht, daß ihre eigenen Voreltern der ersten Jahrhunderte dieselbe Haartracht wie die Germanen als Zeichen ihres „guten Geschmacks" jeder andern vorgezogen hatten.

Die Römer waren später, wie überall in Sachen des Geschmacks, auch bezüglich der Tracht und Pflege des Haares den Griechen gefolgt; und die Griechen hatten ihrerseits, wie ein Blick in die Odyssee und andere uralte dichterische Urkunden und Bildwerke lehrt, im Lauf der Jahrhunderte und der fortschreitenden Kultur gleichfalls das ursprünglich lange Haupthaar gegen die kurze Haartracht mit allem dieselbe begleitendem und auf dem Gebrauch von Schere, Brenneisen, Perücke und Pomade beruhendem Raffinement der Frisur vertauscht. Wie Griechen und Römern erging es auch den Franken, den Deutschen und den skandinavischen Völkern. Hatten noch die früheren Frankenkönige auf ein langes, gelocktes Haar und eine entsprechend kunstvolle Frisur als auf ein königliches Vorrecht und ein Zeichen ihrer Würde gehalten, so wird schon von Karl dem Großen berichtet, daß er kurzes Haar getragen habe. Die Verfeinerung der Sitten und die an ihrer Hand sich einführende kurze Haartracht machten eine Kopfbedeckung in unserem nordischen Klima zu einer Notwendigkeit.

Wenn der Satz richtig ist, daß die freie ungehinderte Einwirkung von Luft und Licht und jeglichen Witterungseinflüssen das beste Beförderungsmittel des Haarwuchses sei, so muß man auch der Umkehrung dieses Satzes seine Berechtigung zugestehen, daß nämlich die Fernhaltung der genannten Einflüsse dem Haarwuchs nachteilig sein müsse und zwar um

so nachteiliger, je mehr das der Fall ist. Von diesem Gesichtspunkte aus ist jede Kopfbedeckung (auch die Perücken) zu beurteilen.

Es ist gewiß schon manchem aufgefallen, daß die Strandbevölkerung der Ost- nnd Nordsee, die ihr ganzes Leben als Fischer und Schiffer an und auf dem Wasser in Sturm und Regen und Kälte zubringt, sich großenteils durch eine ganz charakteristische Bartfiguration auszeichnet. Der meist kurz und rund abgeschorene Bart bedeckt nicht nur einen verhältnismäßig großen Teil des Gesichts bis dicht unter die Augen, sondern auch die einzelnen Haare zeichnen sich durch eine sofort in die Augen fallende Straffheit und Dicke aus. Auch an den englischen, holländischen, französischen und skandinavischen Küsten scheint ein gleiches Verhältnis zu bestehen, es ist mir wenigstens auf den meisten Bildern, die ich daraufhin angesehen habe, immer wieder als etwas besonders Auffallendes und für die Küstenbevölkerung Charakteristisches entgegengetreten. Man kann sich diese in Ölzeug gekleideten Gestalten, diese von Südwester umrahmten Gesichter gar nicht anders denken, als mit einem kurz gehaltenen, struppigen, starren, „groben“ Bart. Und es läßt sich die Herausbildung dieser für den nordischen Strandbewohner geradezu typischen Gestalten nur durch die Annahme erklären, daß diese charakteristischen Eigentümlichkeiten und Unterscheidungsmerkmale unter dem Einfluß einer mächtig einwirkenden Ursache entstehen, einer Ursache, die auf einer viele hundert Meilen langen Küstenstrecke von Haparanda und Tromsö bis zur Bretagne mit zahlreichen Inseln (Dänemark, Britannien) gleichmäßig einwirkt und sich mächtiger erweist, als alle die vielfachen und erheblichen nationalen Unterschiede: Diese eine Ursache ist eben nichts anderes, als das allen gemeinsame Klima, dessen mächtige, mit der Allgewalt einer Elementarkraft sich äußernde Wirkungen nur der zu schätzen weiß, der Herbst und Winter an oder auf der See aus eigener Anschauung kennt. Ob und in welchem Maße

sich dieser offenbar den Bartwuchs in außerordentlicher, ja in geradezu unschöner Weise begünstigende Einfluß auch am Kopfhaare geltend macht, steht dahin, da der den ganzen Kopf und Nacken bedeckende und das Haar unsichtbar machende Südwester die seinerzeit doch nur beiläufig gemachten Beobachtungen verhinderte.

Diese Anschauung, daß ein rauhes Klima bei unausgesetzter Einwirkung einen den Haarwuchs geradezu herausfordernden Einfluß auf die Haut ausübe, findet vielleicht eine weitere Bestätigung durch einige bekannt gewordene Fälle von vollständig wild aufgewachsenen Menschen. Zunächst sei erinnert an Julia Pastrana, die bekannte haarige Schönheit, die ihre Jugendzeit in mexikanischen Wäldern in unbekleidetem Zustande und wild mit den wilden Tieren zugebracht hatte. Sie hatte nicht bloß einen Bart, um den sie mancher in dieser Hinsicht schlecht ausgestattete Jüngling beneidete, sondern war auch am ganzen übrigen Körper mehr oder weniger stark behaart. Ferner werden im Lauf der Jahrhunderte mehrere Fälle berichtet von „wilden" Knaben (Lithauen 1694) und Mädchen (Champagne 1712), die auf unbekannte Art, vielleicht geraubt von wilden Tieren, mit Wölfen oder Bären aufgewachsen, sich am ganzen Körper beharrt zeigten. Es scheint in diesen Fällen eine Art „Naturhilfe" vorzuliegen, wo sich aus dem inneren Bedürfnis heraus zum Schutz gegen die Witterungseinflüsse und die Kälte des Winters der in Gestalt der „Wollhärchen" kaum wahrnehmbare, aber bei jedem Menschen vorhandene, gleichsam in Reserve stehende Haarwuchs unter außerordentlichen Verhältnissen in ganz ungewöhnlicher Weise vermehrte und verstärkte. — Ein ähnliches alltäglich wahrzunehmendes Vorkommnis kann man in der kalten Jahreszeit an mageren und überhaupt schlecht gefütterten Pferden beobachten. Jedes Pferd, das im Winter eine ungenügende oder kraftlose Nahrung erhält, bekommt alsbald einen dichten Pelz von ganz langen Haaren, bis zu zehnfacher

Länge des normalen Haarwachstums, während die reichlich und kräftig genährten Pferde im Winter keine besondere Zunahme des Längenwachstums ihres Körperhaares zeigen.

Zu der gekennzeichneten Eigenschaft der Kopfbedeckung, den Einfluß des Wetters von dem Kopfhaar fern zu halten, kommt noch eine zweite, entschieden schädliche, welche demnächst unsere Aufmerksamkeit in Anspruch nehmen wird. Die Kopfbedeckungsfrage wird womöglich noch in ärgerer Weise vernachlässigt als die der Fußbekleidung. Natürlich! letztere ist viel brennender, als erstere, für einzelne sowohl wie für die Gesamtheit. Denn schlechtes Fußzeug vermag nicht bloß den einzelnen ganz empfindlich in seinem Beruf und seiner Leistungsfähigkeit zu beeinträchtigen (durch Ballen, Hühneraugen, Schwielen, Mißgestaltungen 2c.), sondern auch ganze Heere marsch- und kampfunfähig zu machen. Der Schaden, den die Kopfbedeckung anrichten kann, bezieht sich nicht auf die Leistungsfähigkeit des Menschen, sondern nur auf die Beeinträchtigung des Haarschmuckes. Und so sehr auch die Menschen bedacht sind auf die möglichst effektvolle Verwertung jeder Zierde und so viel Sorgfalt sie auch verwenden auf die Ausschmückung ihrer Person, so erstreckt sich diese Sorge doch nur mehr auf kleine, äußerliche Maßregeln und Hilfen, weil nur wenige weitblickend und interessiert genug sind, um die Quellen der die Schönheit bedrohenden Schädlichkeiten zu erkennen und aufzusuchen.

Die weibliche Kopfbedeckung ist in allererster Linie ein Gegenstand des Schmucks und Putzes; den Kopf zu schützen vor Witterungseinflüssen ist der weibliche Hut nur selten im stande, und wenn je, so ist das der reine Zufall, weil die jeweils moderne Form zufälligerweise einmal soweit den Kopf bedeckt, um einen Schutz zu gewähren. Nun muß man anderseits allerdings zugeben, daß der weibliche Hut auch gar nicht die Aufgabe haben soll, den Kopf zu schützen, das thut das Kopfhaar der Frau in reichlichem Maße schon selber. Der

Hut bildet daher beim weiblichen Geschlecht eine zierende Ergänzung der jeweiligen modernen Frisur. Sind mehr oder minder große Chignons oder überhaupt nach „rückwärts konzentrierte“ Frisuren modern, so rückt der Hut oder das Hütchen keck nach vorn in die Stirn; und fordert die Mode hohe Haargebäude im Pyramidenstil auf dem Vorderkopf, so flieht der Hut nach hinten, gelegentlich sogar bis in den Nacken. Daß der Hut keinen eigentlichen Schutz gewährt, gesteht ja die Mode direkt dadurch zu, daß sie neben dem Hut stets noch einige Muster von Kaputzen, Capuchons, Baschliks und Kappen zum Besuch von winterlichen Bällen, Abendgesellschaften, Konzerten und dergl. in Bereitschaft hält.

Die männliche Kopfbedeckung dagegen bleibt sich im wesentlichen stets gleich; die jährlich von der Mode vorgenommenen Veränderungen beziehen sich nur auf Farbe und Gestalt der Kopfbedeckung oder besser gesagt des Filzhutes, denn um den letzteren handelt es sich eigentlich nur, da Cylinder (Angströhre), sowie Stroh- und Stoffhut nur eine untergeordnete Rolle spielen.

Das Eigentümliche aller Männer-Kopfbedeckungen in ihrer Beziehung auf Kopf und Haar ist doch immer der Umstand, daß dieselben den Kopf in seinem größten Umfang eng anschließend umfassen. Der ganze obere Teil des Kopfes, soweit ihn der Hut bedeckt, also bis zum untern Hutrande, befindet sich in anerkannt schlechten gesundheitlichen Verhältnissen. Sobald jemand seinen Hut aufsetzt — das ist wenigstens die Regel — beginnt er zu gehen, und es wird gar nicht lange dauern, so ist der in der heißen Umhüllung steckende Kopf bei dem Mangel und bei der Unmöglichkeit jeden Luftwechsels geradezu im Dampfbade. Dieser Jahre hindurch täglich stundenlang wiederholten Überhitzung, sowie der dabei eintretenden ranzigen Beschaffenheit des Schweißes, für dessen regelmäßige Entfernung durch Kopfwaschungen meist nicht hinreichend gesorgt wird, ist nicht jede Kopfhaut gewachsen. Es

ist wohl kein Zweifel, daß die meisten Kahlköpfe männlichen Geschlechts und Stadtbewohner sind. Unter der mützentragenden Bevölkerung, d. h. also unter der großen Menge des Landvolks und einem Teil der unteren Bevölkerungsschichten der Stadt begegnet man der Glatze weit seltener.

Auf einer Stufe mit dem Filzhut, namentlich dem harten (mit Schellack gesteiften) stehen Cylinderhut und Helm. Besonders letzterer scheint dem Haarwuchs gefährlich zu sein, wie daraus zu schließen sein dürfte, daß man unverhältnismäßig häufig als den zeitlichen Anfangspunkt des Haarausfallens das Freiwilligenjahr angeben hört. Man darf sich die Sache vielleicht so vorstellen, daß die Haut des Kopfes unter dem dauernden Einfluß des durch die körperliche Bewegung bedingten Schweißes sowie der durch die Kopfbedeckung unleidlich gesteigerten Wärme eine gewisse „Schwächung“ erfährt, wenn man sich eines volkstümlichen, im Grunde nichtserklärenden Ausdrucks bedienen darf. Man sieht ja in ähnlicher Weise durch ungeeignetes Fußzeug bei diätetisch verkehrtem Verhalten eine Art „Schwäche“ der Haut der Füße eintreten in der Gestalt der Schweißfüße. Daran erinnert auch in der That gar nicht so selten der Zustand der Kopfhaut, die man unter ihrer warmen Bedeckung selbst bei ganz geringfügiger körperlicher Bewegung und kühler Temperatur in triefenden Schweiß geraten sieht. Schwitzende Köpfe sind ein Vorrecht des filzhuttragenden männlichen Geschlechts und so bezeichnend, daß der Maler einen heißen Julinachmittag durch nichts besser glaubt andeuten zu können, als durch einen oder mehrere Herren, die sich unter dem aufgehobenen Hut mit einem Taschentuch den Schweiß abtrocknen; will sich der Maler weniger drastisch ausdrücken, so läßt er den Touristen mit dem Filzhut in der Hand auf der Bildfläche erscheinen, während man zur Kennzeichnung höchster Gewitterschwüle auch noch die eine oder andere mit dem Sonnenschirm bewaffnete und den leichten Strohhut am Bande über den Arm tragende Dame gewährt.

Wer nun nach vorstehendem etwa die Hutmacher verantwortlich machen wollte für seine Glatze, thäte den Leuten Unrecht. Die Hutmacher „machen" freilich die Hutmoden, aber doch nur insofern, als sie der herrschenden Geschmacksrichtung folgend, die jeweilig für die geschmackvollste Form geltende Hutform und -Farbe für die „moderne" erklären. Der Rohstoff, d. h. zur Zeit der Filz, bleiben von der Mode unberührt, ebenso wie die Konstruktion des Hutes. Ehe man daran denken kann, einen wirklichen Normalhut zu konstruieren, muß das Gefühl für die der herrschenden Art von Kopfbedeckung anhaftenden Mängel ebenso wie das Verständnis für die Notwendigkeit ihrer gesundheitsgemäßeren Gestaltung ein allgemeineres sein. Von seiten der Hutmacher sind in dieser Beziehung schon die verschiedensten Versuche gemacht, ohne sonderlichen Erfolg freilich. Es gehört eben nicht zu den leichten Aufgaben, einen Hut herzustellen, der unter Berücksichtigung der hygienischen Forderungen und der praktischen Brauchbarkeit und Ausstattung der technischen Herstellung keine allzugroße Schwierigkeiten in den Weg stellte. Statt des Filzhutes hat man wasserdichte Guttaperchahüte und -Mützen und federleichte Hüte aus Kork konstruiert, aber übersehen, daß das alles noch undurchlässiger und heißer und für den Kopf also noch nachteiliger ist, als der Filzhut. Hüte aus Seiden- oder Wollstoff vertragen wieder das alle Form zerstörende Regenwetter nicht. Um den so dringend wünschenswerten, dem Filzhut völlig abgehenden Luftwechsel zu bewerkstelligen, hat man oben in der Spitze des Hutes und in der Nähe des unteren Hutrandes Öffnungen angebracht; aber wegen der offenbaren Unzulänglichkeit dieser Einrichtung hat sich dieselbe nicht einbürgern können.

Neuerdings ist nun von einem Bremer Hutfabrikanten (Karl Bortfeldt) ein Hut konstruiert und unter dem Namen „Aërophor" patentiert worden, der an Luftigkeit allerdings wohl leistet, was überhaupt zu leisten ist. Das Vorbild dafür lieferten die auf der Insel Java üblichen Hüte, welche die Aufgabe haben,

den Kopf vor dem ungemein schnell und häufig eintretenden Wechsel von glühendem Sonnenschein und starken Platzregen zu schützen. In der Spitze des vollständig modern geformten Filzhutes befindet sich eine Ventilationsöffnung, wie man sie schon vielfach in Hüten angebracht fand. Das Unterscheidende und eine wirkliche Lüftung Ermöglichende liegt zwischen Hutrand und Schweißleder verborgen, eine Art Krause aus einem mit Schellack gesteiften Baumwollenstoff. Diese Einrichtung ermöglicht einen außerordentlich reichlichen Luftwechsel und macht den Hut zu einem bloßen Schirmdach, das namentlich im Sommer ganz ungemein leicht und angenehm zu tragen ist; nur bei ungewöhnlich großer Sommerhitze kommt es znm Schwitzen des Kopfes. Im Winter werden diese Hüte für Haararme oder empfindliche Personen manchmal gar zu luftig, so daß sie zu dem altgewohnten Filzhut zurückzugreifen genötigt sind. Das ist ja ganz natürlich, und thut dem Hut, den man zu den besseren Neuerungen zählen darf, durchaus keinen Abbruch. Ob es aber wirklich der „Normalhut" ist, muß die Zukunft lehren.

Der obigen Darstellung zufolge wäre es ohne Zweifel das beste, es zu machen wie unsere Großväter vor hundert Jahren, welche ihren Hut meistens unter dem Arm trugen — zur Schonung der Perücke. Aber mit der ernstlichen Empfehlung des Barhauptgehens würde man wohl wenig Glück haben, weil die Sitte nun einmal das Tragen einer Kopfbedeckung verlangt. Aber der Einzelne hat in so vielen Fällen und Verhältnissen die Wahl, eine solche zu tragen oder nicht, daß er dem Prinzip des Barhauptgehens mehr Rechnung tragen sollte, als üblich ist. Manche tragen selbst im Hause den ganzen Tag über eine Mütze; wenn man sie nach dem Grunde fragte, so würden sie in Verlegenheit geraten und keinen andern anzugeben wissen, als eben ihre Gewohnheit. Ohne zwingende Gründe (z. B. Aufenthalt auf zugigen Speichern rc.) sollte man sich dergleichen gar nicht erst angewöhnen; man

verwöhnt dadurch seinen Kopf in so hohem Grade, daß man von seiner Mütze so abhängig ist, wie ein Kurzsichtiger von seiner Brille. „Kopf kühl, Füße warm" ist eine allbekannte Forderung volkstümlicher Erbweisheit, deren Befolgung nicht nur der Gesundheit des Gesamtkörpers, sondern besonders auch dem natürlichen Haarwuchs zu gute kommt. Man — also beide Geschlechter ohne Unterschied — sollte aber barhaupt gehen, so lange man nicht genötigt ist, den Kopf bedeckt zu tragen, namentlich also in Haus und Garten. Wer von der Arbeit schwitzend im Winde steht, darf gern, wenn ihn das Gefühl der Kälte daran gemahnt, eine leichte Mütze aufsetzen, aber eine allzu große Ängstlichkeit ist doch hier nicht am Platz; nur Kahlköpfe oder solche, „die es werden wollen," d. h. angehende, müssen mangels der schützenden Haardecke auf die Vermeidung der Kopfhauterkältungen etwas vorsichtiger Rücksicht nehmen, wenn sie auch nicht so viel mehr zu verlieren haben.

Man muß in solchen nebensächlichen Äußerlichkeiten nicht gar zu ängstlich bedacht sein auf alles das, „was die Leute dazu sagen" und thut gar kein Unrecht, wenn man dem Grundsatz huldigt, mehr „Rücksichten zu nehmen" auf sich selber und sein Bestes, als auf das Gerede anderer. Man sollte daher seinem Haare zuliebe überall da, wo man des konventionellen Zwanges enthoben ist, statt des jetzt allein modernen und für „anständig" geltenden Filzhutes eine leichte Stoffmütze tragen, wenn man nicht den Aërophorhut tragen will, also im Bereich des eigenen Hauses und Gartens, bei ländlichen Spaziergängen, Jagd und Sport, auf der Reise, genug, überall da, wo man sich ohne Glacehandschuhe darf sehen lassen. Eine Mütze ist um so besser, je leichter und poröser sie ist; dickere oder gar gefütterte Stoffmützen verdienen aber (im Winter) immer noch den Vorzug vor dem weichen Filzhut, und dieser vor dem harten, der durch Schellack gesteift und wohl nahezu undurchgängig ist für Wasserdampf, ebenso wie Cylinderhut und Helm, die man ja beide nur trägt, wenn man muß.

Besondere Erwähnung bedarf noch das „Hut- oder Schweißleder“. Um das Hüte verderbende Durchschwitzen nach Möglichkeit zu verhindern, halten Viele darauf, daß das Schweißleder aus möglichst undurchlässigem Stoff (Wachstuch 2c.) bestehe, in der Voraussetzung, hiedurch den Hut vor dem Schweiße zu schützen. Diese Überlegung erweist sich jedoch als unzutreffend, denn grade dies undurchlässige Hutleder vermehrt die Schweißmenge ganz bedeutend, weil der Schweiß nicht verdunsten kann. Seinen Weg in den Filz findet der Schweiß dann bei seiner größeren Menge nur desto leichter. Das beste „Schweißleder“ sind die „Jäger'schen“ Filzstreifen, die man empfehlen kann, ohne zu Dr. Jägers Jüngern zu zählen. Diese Filzstreifen in den erwähnten Aërophor-Filzhüten lassen es kaum je zum Durchschwitzen des Hutes kommen, einmal weil bei dieser Tracht überhaupt nur wenig Schweiß entsteht und andererseits, weil das Schweißleder gar nicht in Berührung mit dem eigentlichen Hut kommt. Den Grund für die geringe Schweißentwicklung bei den Filzstreifen begreift am leichtesten, wer öfter im Winter zu Wagen über Land fährt. Läßt man dann die erhitzten, mit der Decke zugedeckten Pferde ein Stündchen vor einem Hause halten, so kann man nachher beim Abnehmen der Decken bemerken, daß dieselben an ihrer äußern Oberfläche mit einem dichten aus unzähligen Tröpfchen bestehenden Überzug bedeckt sind wie eine Wiese an einem sonnigen Herbstmorgen, während die Pferde ganz trocken erscheinen. Hätte man sie mit einer undurchlässigen Wachstuchdecke bedeckt so wäre das Bild ein ganz anderes. Die Menge des Schweißes wäre wegen der behinderten Verdunstung eine bedeutend größere und die Decken wären obenauf zwar trocken gewesen, aber die Pferde darunter wie aus dem Wasser gezogen und ebenso leckend. Genau diese Verhältnisse finden sich an dem Hutleder wieder, und deshalb empfiehlt sich die Einführung eines feinen Woll- oder Filzstreifens an Stelle der wasserdichten Schweißleder als eine sehr vorteilhafte Neuerung.

Ob man eine Nachtmütze tragen darf oder nicht? das ist eine Frage, die viele gern beantwortet hätten, und die an und für sich nach den oben entwickelten Grundsätzen mit einem einfachen „Nein“ zu beantworten wäre. Und doch giebt es Umstände, die den Gebrauch von Nachtmützen erfordern oder wenigstens entschuldigen. Leuten mit großen Glatzen, besonders älteren beiderlei Geschlechts die Nachtmütze verbieten, wäre grausam und — vergeblich; sie lassen sich dieselbe als einen unentbehrlichen Gegenstand ihrer Behaglichkeit gar nicht verbieten. Frauen mit ihrem langen Haar werden die Nachtmützen nicht gerne entbehren wollen, weil ohne dieselbe namentlich bei unruhigem Schlaf das Haar stark in Verwirrung geraten würde. Um diese Unordnung und Verwirrung der Haare zu verhüten, genügt freilich für Kinder, wie auch für Erwachsene ein Kopfnetz oder eine Mütze aus netzartig gewirktem oder durchbrochenem Stoff, je dünner und leichter, desto besser. Kleine Mädchen soll man möglichst lange mit der Nachtmütze verschonen.

Manche setzen eine Nachtmütze auf, weil ihr übermäßig gesalbtes und pomadisiertes Haar das Kopfkissen gar zu sehr in seiner Reinlichkeit beeinträchtigt. Statt mit der Nachtmütze diese unsinnige und gar nicht einmal hübsche Ölschmiererei oberflächlich zuzudecken, sollte man lieber sowohl im Interesse des Haares als des Kopfkissens durch eine verschwenderische und regelmäßige Verwendung von Wasser und Seife und eine wohlangebrachte Sparsamkeit beim Gebrauch von Öl und Pomade einen solchen Zustand von vornherein zu verhindern suchen.

In gewissem Sinn kann man auch die Perücken als eine Kopfbedeckung betrachten und vom ärztlichen Standpunkt aus wohl nur so. Im Zeitalter der Allongeperücke trug man auch, charakteristisch genug, den Hut unter dem Arm, den Hut, der im Vergleich zu Perücke nur ein Hütchen genannt werden konnte. Unsere Generation dünkt sich erhaben über die Perücke

— so lange als es dauert und die unberechenbare Mode es so will. So lange unsere geschichtlichen Nachrichten zurückreichen, wird uns je und je berichtet, daß Perücken Mode gewesen seien. Bekannt sind die Abbildungen der altägyptischen und assyrischen Bildwerke und durch ihre Perücken geradezu charakteristisch; sogar der gemeine Soldat, wenn man so sagen darf, trug solche, gerade wie unter Friedrich dem Großen. Die Griechen trugen Perücken wie die Römer; letztere hatten eine solche Vorliebe für das goldblonde und rötliche Haar der Germanen, daß jeder, der Anspruch darauf erhob, zur „guten Gesellschaft“ zu gehören, eine deutsche Perücke tragen mußte, was bei dem brünetten Teint gewiß einen wunderlichen Anblick gewährte. Aber auch schon auf der Stufe der Kindheit der Völker entwickelt sich der Geschmack an Perücken, wie man aus den Berichten der Entdeckungsreisenden der neuesten Zeit vielfach ersieht, welche unter anderem auch in unserer neuen deutschen Kolonie Neu-Guinea bei den menschenfressenden Eingeborenen mit großer Kunst gearbeitete Perücken vorfanden, als unerläßliches Stück der Galatoilette. Andere Reisende erwähnen tief im Innern Afrikas wohnender Völkerschaften, bei denen es die Kunst der schwarzen Perückenmacherzunft zu einer achtunggebietenden Höhe gebracht hat. Die christliche Kirche hat einen Jahrhunderte langen Kampf mit der Perücke geführt, nicht vom gesundheitlichen, sondern vom ethischen Standpunkt aus. Schon im Jahre 692 wurde auf einem Konzil in Konstantinopel die Perücke feierlichst exkommuniziert. Von seiten der Päpste wurden in den verschiedenen Jahrhunderten diese Exkommunikationen öfter wiederholt, stets mit demselben geringen Erfolg. Als dann später von Frankreich aus unter dem übermächtigen Einfluß Ludwigs XIV. die Perücke zur unbedingten Herrschaft gelangte, da zog sie auch in die Kirche ein. Das natürliche Haar fiel der Schere zum Opfer, nicht bloß das Kopfhaar, sondern auch der Bart. Im Zeitalter der Perücken wäre ein Bart als die größte Geschmacklosigkeit und

Barbarei erschienen. Die Revolution machte dann der Unnatur der Perücken ein Ende und jetzt sieht man das Gegenteil von früher; statt eines glatten Gesichtes und statt großer Haarmassen auf dem Kopf: glatte Köpfe (Glatzen) und massige Bärte. So ändern sich die Zeiten. Das einzige, was noch übrig ist aus der alten Zeit, sind die glattrasierten alten Bauerngesichter in manchen unberührten und am Alten festhaltenden Landstrichen unseres Vaterlandes.

Zur Zeit besteht die Aufgabe des Perückenmachers lediglich darin, Ersatz zu schaffen für das verlorengegangene natürliche Haar, die Glatze zu verbergen, obgleich die letztere längst salonfähig geworden ist. Nur die wenigsten geben sich die Mühe, den allerdings nie angenehmen Verlust des natürlichen Haarschmuckes dauernd zu verheimlichen, weil das immerhin mit einigen Unannehmlichkeiten verbunden ist. Gegen die moderne Perücke läßt sich so wenig einwenden wie gegen künstliche Augen und Zähne und Gliedmaßen, soweit ihnen die bescheidene Rolle kosmetischer Stellvertretung zugewiesen bleibt, deren Zweck die möglichst täuschende Nachahmung der Natur ist, um als Natur zu gelten. Man kann auch nicht sagen, daß sie geradezu schädlich wirken, im Gegenteil kann eine solche „Haartour" unter Umständen ganz nützlich sein; ein Geistlicher mit großer Glatze, den sein Beruf nötigt, im Winter unter freiem Himmel auf zugigem Kirchhof in Wind und Regen oder in ungeheizter Kirche unbedeckten Hauptes längere Reden zu halten, kann sehr wohl genötigt sein, seinen Kahlkopf durch eine Haartour warm zu halten, um Rheumatismen und andern Erkältungskrankheiten an Augen und Ohren oder Zahnweh aus dem Wege zu gehen. Im übrigen sind die Perücken, kleine wie große, in gesundheitlicher Beziehung ebenso zu beurteilen wie jede andere Kopfbedeckung. Am besten ist es aber auch für den Kahlkopf, sich nicht zu sehr durch derartige Perücken zu verwöhnen, ebensowenig wie durch fortwährendes Tragen von sehr warmen Hüten und Mützen, um nicht in

zu große Abhängigkeit von der Kopfbedeckung zu geraten und auch einen frischen Wind einmal ertragen zu können. Ist eine Haartour aber leicht, porös und so durchlässig gearbeitet, daß sie der Hautausdünstung keine Schwierigkeiten bereitet und auch den Kopf nicht geradezu erwärmt, so läßt sich gegen eine solche nicht viel sagen, da auf den Haarwuchs ja kaum noch Rücksichten zu nehmen sind. Nur bedarf es großer Reinlichkeit des Kopfes (und der Perücke selbstverständlich) und steter Aufmerksamkeit auf die Kopfhaut. Namentlich eine sogenannte zarte Haut wird durch die Klebemittel leicht einmal gereizt, und es entstehen dann unter dem Einfluß der stets fortwirkenden Ursache flechtenartige Hautleiden, die zuweilen recht schwer zu beseitigen sind; doch bilden diese Vorkommnisse nicht Regel, sondern Ausnahme.

---

21. Der krankhaft vermehrte Haarwuchs.

Wenn ein Mann einen bis zum Knie reichenden Bart oder wenn ein junges Mädchen ein bis auf den Fußboden hinabhängendes Kopfhaar hat, so ist das wohl ein wegen seiner Seltenheit bemerkenswertes Vorkommnis, aber man wird es nicht zu den krankhaften Erscheinungen rechnen können. Erst wenn die Wollhärchen, die ja am ganzen Körper dicht gedrängt stehen, zu dichten, langen und deutlich gefärbten Haaren heranwachsen, so kann man von einem krankhaft vermehrten Haarwuchs reden. Die häufigste Regelwidrigkeit dieser Art ist das Zusammenwachsen der Augenbrauen, bei den Persern (d. h. den Männern) für eine hohe Schönheit gehalten und durch Dunkelfärbung der Haut wenigstens scheinbar herbeigeführt, wo es die Natur in Wirklichkeit versagte. Übrigens sieht man gar nicht selten auch bei uns die Stirn von Kindern sehr tief herunter mit Haar bewachsen, viel tiefer, als es bei

Erwachsenen je vorkommt. Ja, man trifft es namentlich bei Blondhaarigen, daß die ganze Stirn mit einem dichten, auch die Augenbrauen in sich begreifenden Haarwuchs bedeckt ist, wenn derselbe auch wegen seiner Helligkeit weniger in die Augen fällt.

Gar nicht so selten wie man glaubt, freilich stets ein Quell großen Kummers für die davon Heimgesuchten, ist bei uns der weibliche Bart. In einer Wirtschaft in Hamburg fungierte ein Mädchen, bekannt unter dem Namen „die schöne Minna", mit einem über einen fußlangen Vollbart als Kellnerin. In meiner Nähe lebt noch jetzt eine als gute Köchin geschätzte Wirtsfrau mit einem s e h r bemerkbaren Bart an Kinn und Oberlippe. Wie lang derselbe eigentlich ist, läßt sich nicht feststellen, weil sie zweimal in der Woche, ganz ungeniert in Gegenwart der Gäste, in Gemeinschaft mit ihrem Mann rasiert wird. Das „Daheim" brachte vor einigen Jahren (1883 Nr. 20) eine kleine Bildergalerie von „Bartweibern" (und Haarmenschen). Da sieht man die Helene Antonia von Lüttich aus dem Ende des 15. Jahrhunderts, die bei Verdeckung der unteren Hälfte des Bildes mit der Hand den Eindruck eines spanischen Kavaliers mit starkem Bartwuchs macht; der Vollbart geht bis unter die spanische Halskrause hinunter und der Schnurrbart muß den blassen Neid eines jeden auf die Länge und Schönheit seines Schnurrbarts haltenden Leutnants erregen. In Löwenberg bei Kassel befindet sich das Ölbild der 1630 in Appenzell in der Schweiz geborenen Elisabeth Knechtin, deren kräftiger Vollbart bis fast auf die Magengrube herabreicht. Diese Bildergalerie wird noch vervollständigt durch die Bildnisse von mehreren der Jetztzeit angehörenden jungen Mädchen, welche einen wohlgebildeten Bart besitzen.

Ganz merkwürdige Erscheinungen sind aber die unglücklichen Menschen, welche am ganzen Körper oder größeren Strecken desselben von starkem langem Haarwuchs bedeckt, geradezu ans Tierische erinnern. Die durch von Siebold

bekannt gewordene „haarige Familie von Ambras“ zeigt wie den Vater, so auch zwei kleine Kinder mit einem starkbärtigen und an der ganzen Stirn und Nase stark behaarten Gesicht. Die Erblichkeit scheint bei dieser Mißbildung überhaupt eine große Rolle mitzuspielen, denn auch die bekannte bereits erwähnte am ganzen Körper stark behaarte Tänzerin Julia Pastrana hatte ein als kleines Kind gestorbenes Söhnchen, das eine fast ebenso starke Behaarung des Körpers zeigte, wie seine Mutter. Ebenso war es mit dem vor reichlich zehn Jahren in ganz Deutschland sich sehen lassenden Adrian Jeflischjew, dem sogenannten „russischen Hundemenschen“, bei dem nicht nur der gesamte Körper, sondern auch das ganze Gesicht, Stirn, Nase und obere Wangengegend mit langem seidenartigem Haarwuchs dicht bedeckt war, eine Eigentümlichkeit, die sein ihn begleitendes Söhnchen als unglückliche Erbschaft ebenfalls zur Schau trug. Eine wunderbare Eigentümlichkeit dieser Haarmenschen darf hier nicht unerwähnt bleiben. Man hat nämlich die Beobachtung gemacht, daß häufig mit diesem übermäßigen Haarwuchs eine sehr mangelhafte Zahnbildung einhergeht. Einige derselben hatten nur die Schneide- oder Eckzähne, so daß man geneigt ist, diese Eigentümlichkeit des Haarwuchses wegen jener Begleiterscheinungen zu den Hemmungsbildungen zu zählen. — Solche Fälle gehören natürlich zu den allergrößten Seltenheiten, und sind nur wegen des allgemein daran sich knüpfenden Interesses hier erwähnt.

Das, warum es sich gewöhnlich handelt, das ist der sogenannte **weibliche Bart.** Mit der Annahme, daß dieser weibliche Bart ziemlich selten sei, befindet man sich deshalb in einem großen Irrtum, weil das Vorhandensein desselben von seinen schönen Inhaberinnen mit der ängstlichsten Sorgfalt und mit allen möglichen Mitteln verheimlicht zu werden pflegt. Wie häufig verhältnismäßig derselbe übrigens ist, erfährt man erst dann, wenn man sich speziell mit der radikalen Entfernung dieses überflüssigen Haarwuchses zu beschäftigen hat. Diese

sogenannten Gesichtshaare sind in den meisten Fällen nur die auf das 3—4fache ihrer natürlichen Größe herangewachsenen, im ganzen Gesicht stets vorkommenden Wollhaare, und als solche ohne jegliche Farbe. Und doch haben diese Wollhaare schon in ihrer natürlichen Größe einen außerordentlichen Einfluß auf den „Teint"; sie sind es hauptsächlich, die der Haut den zarten Hauch rosiger Jugend verleihen. In anderen Fällen handelt es sich um eine kleine Gruppe von 4—8, zuweilen auch einem Dutzend etwa 1—2 cm langer und deutlich gefärbter Haare. Derartige Gruppen können an jeder Körperstelle vorkommen, aber nur bei ihrem Vorkommen an Gesicht, Hals und Armen empfindet man sie unangenehm als eine Beeinträchtigung der Schönheit.

Eine künstliche Beseitigung des unnatürlichen Haarwuchses ist, selbst wenn er größere Hautstrecken überzieht, wie bei einer wirklichen Bartbildung der Frauen, auf verschiedene Art möglich. Man kann z. B. die Hautstellen rasieren, aber die Notwendigkeit der täglichen Wiederholung dieses zeitraubenden und gar nicht angenehmen Verfahrens läßt das Rasieren vollständig unzulänglich erscheinen, zumal da die dunklen, aus den Haarbälgen hervorlugenden, auch durch das sorgfältigste Rasieren nicht vertilgbaren Haarstümpfe ein Frauengesicht ebenso sehr entstellen, wie die Haare selber.

Ein populäres, jedenfalls sehr altes Verfahren besteht in der mechanischen Entfernung der Haare, die man auf verschiedene Art ins Werk setzen kann. Man läßt sich zu dem Zweck gewöhnliches Schusterpech etwa messerrückendick auf einen Streifen Leinwand streichen. Nachdem derselbe über der Lampe ordentlich erweicht ist, drückt man das Pflaster fest an die fragliche Stelle der Haut an und wartet die Erkaltung ab Nun zieht man den Streifen mit einem gehörigen Ruck schnell ab und findet dann die Haare an der Unterseite des Pechpflasters haften. Handelt es sich nur um wenige Haare, so kann man sich auch der Harzstängelchen (Nr. 20) bedienen zum

ruckweisen Herausziehen; ebenso lassen sie sich mit einer sogenannten „Cilienpinzette", einem Instrument der Augenärzte, das aber jedermann handhaben kann, sehr leicht entfernen. Man faßt die Haare mit dieser kleinen Zange fest an und zieht sie mit einem kräftigen Ruck in der Wachstumsrichtung rasch heraus. Diese Methoden verursachen beide nur geringen Schmerz und sind dabei die am radikalsten wirkenden. Auf diese Weise behandelten die alten Juden ihren Bart, und die javanischen Frauen und Mädchen, die vom Kopfhaar abgesehen am ganzen Körper kein einziges Haar haben dürfen, machen es jetzt noch so. Sie entfernen das Haar samt seiner Wurzel, so daß es wochenlang dauert, bis das neue nachgewachsen ist. Man muß jedoch die Haare immer erst wieder ziemlich lang herauswachsen lassen, um sie auf diese Weise entfernen zu können, denn weder Cilienpinzette noch Pechpflaster vermögen wirksam zu fassen, wenn die Härchen nicht eine gewisse Länge haben.

Nicht allen steht der kleine Heroismus zu Gebote, der dazu gehört, sich vorsätzlich einen Schmerz und wenn er noch so gering wäre, zuzufügen. Diese müssen ihr Heil mit den chemischen Enthaarungsmethoden versuchen. Im Orient ist es eine seit altersher weit verbreitete Forderung der guten Sitte, daß die Frau außer dem Kopfhaar am ganzen Körper kein einziges Haar besitzen darf, und so ist man denn schon früh auf Mittel verfallen, die Augenbrauen, die Haare der Achsel und anderer Körperstellen systematisch wegzubeizen mit einem Präparat, das den Namen „Rußma" führt. Dasselbe besteht aus 1 Teil Operment (Schwefelarsenik), 7 Teilen gelöschtem Kalk und 1 Teil Weizenmehl. Das pulverige Gemisch wird in einem Porzellangefäß mit etwa der zwölffachen Menge Wasser gekocht, bis von einer hineingetauchten Hühnerfeder durch leichtes Abwischen die Fahne abgeht. Mit dieser Mischung wird dann mittels eines Holzspatels die haarige Stelle bestrichen; nach 5—10 Minuten etwa, wenn die Masse am Eintrocknen ist und ein leises Gefühl von Brennen der Haut entsteht, entfernt

man sie durch Abschaben mit einem Holzspatel oder mit einem Schwamm und warmer Milch, worauf sie dann mit Coldcream (Nr. 43) oder Zinksalbe eingerieben wird. Die Haare werden bis tief in den Haarbalg hinein, um so tiefer, je länger die Masse liegt, vollständig aufgelöst und zerstört. Nach einiger Zeit zwingt dann aber das Nachwachsen des Haares zur Wiederholung der Maßregel. Dieselbe schadet auch der Haut nicht weiter, wenn man das Präparat durch Abschaben und durch folgendes Abwaschen entfernt, sobald sich das Gefühl leichten Brennens einstellt.

Weil das „Rußma“ (bei seinem Arsenikgehalte) aus der Apotheke nur auf ärztliches Rezept zu erhalten ist, so hat man nach Ersatz dafür gesucht. Das sonst ganz gute Böttchersche Depilatorium litt an dem Fehler sehr geringer Haltbarkeit und eines unausstehlichen Geruches. Neuerdings hat man dasselbe mit Glück ersetzt durch das „deutsche Depilatorium“ (Nr. 63). Dasselbe ist ein graues, unbeschränkt haltbares, fast geruchloses und durchaus unschädliches Pulver. Dasselbe wird mit der nötigen Menge Wasser zu einem dicken Brei angerührt, gleichfalls mit Hilfe eines hölzernen Spatels als strohhalmdicke Schicht aufgetragen und bleibt etwa zehn Minuten sitzen, höchstens aber so lange, bis das Gefühl leichten Brennens zur Entfernung desselben mit dem scharfen Rande des Spatels auffordert. Eine darauf folgende Waschung mit lauem Wasser und Einreiben mit Coldcream beendet das Verfahren. Dasselbe ist aber doch immerhin nicht ganz einwandfrei, denn einerseits will manche zarte Haut es auf die Dauer nicht leiden und andererseits bedarf die Anwendung in dem einzelnen Fall großer Vorsicht. Es versteht sich, da die Oberhaut ebenso wie das Haar aus Hornsubstanz besteht, daß ein länger dauerndes Auflegen auf die Haut auch diese zerstören und arge Anätzungen derselben herbeiführen muß.

Das Mittel ist aber für gewisse Fälle doch ganz empfehlenswert. Man denke sich z. B. eine junge Dame, die an

der Schulter oder an den Armen mit einem allzureichlichen Haarwuchs bedacht und nun genötigt ist, in dem üblichen Ballanzug zu erscheinen. Ihr wird ein solches Mittel, das bei seltener und vorsichtiger Anwendung durchaus unschädlich ist und dabei ganz überraschend gut wirkt, stets sehr wertvoll erscheinen.

Das Neueste und sicherlich Beste ist ein Verfahren, das vor einer Reihe von Jahren von einem amerikanischen Arzte eingeführt wurde, die **Entfernung des Haarwuchses mittels Elektrizität.** Durch den elektrischen Strom kann man in durchaus schmerzloser Weise jedes Haar mit seiner Wurzel entfernen, und zwar ohne die geringsten Spuren davon zurückzulassen. Von allen Verfahren der künstlichen Enthaarung ist dies weitaus das empfehlenswerteste wegen seiner gänzlichen Unschädlichkeit und Gründlichkeit. Da es eigene elektrische Apparate und eine gewisse Übung bezw. Geschicklichkeit voraussetzt, so wird es im ganzen — auch in Deutschland — nur von den wenigen Ärzten geübt, die sich speziell mit den Krankheiten der Haare beschäftigen. Andererseits läßt sich diese Art der Enthaarung auch nicht so schnell ausführen, denn es möchte doch nicht ratsam sein, größere Strecken auf einmal zu enthaaren. Ich wenigstens pflege in einer Sitzung nicht mehr als etwa dreißig Haare zu entfernen, dafür aber jeden Tag die Sitzungen zu wiederholen, bis auch das letzte Haar vertilgt ist. Aber bei alledem ist diese Art der Vertilgung der so lästigen „Gesichtshaare" die allerbeste, sie ist schmerzlos, gänzlich unschädlich und ohne Gefahr für die Haut und, was das Wichtigste ist: sie vertilgt das Haar sicher für immer. —

22. Der Haarschwund.

Wenn in folgendem unter der Bezeichnung Haarschwund alle jene verschiedenartigen krankhaften Prozesse der Kopfhaut zusammengefaßt werden, die zum schnelleren oder langsameren Ausfallen, zum heilbaren oder unheilbaren Haarschwund führen, so hat das rein praktische Gründe. Es führen viele Wege nach Rom und der Wege, auf denen der Mensch zu dem ebenso glänzenden wie tragischen Endzustande seines Haarwuchses, zu der Kahlköpfigkeit oder Glatze gelangt, ist gleichfalls eine größere Zahl vorhanden, als manche glauben. Man ist zu geneigt, dort, wo man das gleiche Endergebnis vor sich sieht, auch auf dieselben Ursachen zurückzuschließen, als daß man nicht von vornherein auch für die Entstehung der Glatze zunächst eine einzige bestimmte Krankheit verantwortlich machen sollte. Für die Mehrzahl der Fälle trifft das nun allerdings zu: die häufigste Krankheit der Kopfhaut, oder wie der gewöhnliche Ausdruck lautet, die häufigste „Haarkrankheit“, welche mit der frühzeitigen Bildung einer Glatze endet, ist jener vielfach schon im Jünglingsalter beginnende, unter dem Namen des „Schinn“ bekannte, mit Schuppenbildung einhergehende Vorgang, der schon früher mehrfach erwähnt wurde als der Ausgangspunkt, oder wenn man will, Schlummerzustand der sogenannten „Schmerflechte“, die sich vom Kopf aus plötzlich über den ganzen Körper verbreiten kann und die Ursache ist für manche chronische Hauterkrankungen, wie wir später noch sehen werden. Der Schinn kann aber auch rein örtlich auf dem Kopf sich verschlimmern und hier die Gestalt einer „Flechte“ annehmen, bei der die Haut rot, juckend und mit größeren Schuppen bedeckt oder gar nässend ist. Außer der „Schmerflechte“ giebt es nun noch verschiedene andere den Haarwuchs verwüstende Hautkrankheiten, doch treten sie im Vergleich mit jenen außerordentlich selten auf. Nichtsdestoweniger bedürfen einige der-

selben der Darstellung zur unterscheidenden Kennzeichnung unter einander.

Und ganz abgesehen von bestimmten Leiden der Kopfhaut giebt es schwere Krankheitszustände des Gesamtkörpers, welche massenhaften Haarausfall zur Folge haben, manche Schwächezustände des Körpers, zu denen vor allen Dingen das Alter zu zählen ist. Es kann das ja weiter nicht wundernehmen, wenn man sich vergegenwärtigt, wie unter den gleichen Verhältnissen alle Organe des Körpers, der ganze Mensch in seiner gesamten körperlichen und geistigen Kraft und Leistungsfähigkeit herabgesetzt wird. Wie sehr unter solchen Verhältnissen auch die Haut mitzuleiden pflegt, wie sie blässer, kälter, dünner und trockener wird, das ist zu bekannt, als daß es noch besonders hervorgehoben werden müßte. Es wäre im Gegenteil wunderbar, wenn das Haar an diesen Vorgängen ganz unbeteiligt bleiben sollte, da dasselbe ja nichts als ein Anhängsel der Haut ist; ihre Schicksale müssen sich in dem Zustande des Haares wiederspiegeln, eben so gut wie sie in dem der Nägel zum Ausdruck gelangen, die im Alter oft dünn und rissig werden und nach schweren Krankheiten oft von tiefen, der Schwere und Dauer der Krankheit entsprechenden, im Lauf der Zeit nach vorne rückenden Querfurchen durchzogen sind. Man kann daher die Haarkrankheiten gar nicht anders als im Zusammenhang mit dem Schicksal und mit den Krankheiten der Haut verstehen und betrachten.

Eine normale Erscheinung also, wenn man will, stellt die Altersglatze dar; sie gehört wenigstens ebenso wie das Ergrauen der Haare zu den Teilerscheinungen der Veränderungen der Greisenhaut. Als erstes Zeichen des herannahenden Alters pflegt sich das Ergrauen der Haare an den Schläfen einzustellen, weshalb die Römer diese Gegend die Tempora nannten, „die Zeiten“, zur Erinnerung an die „Fuga temporum“, die „Flucht der Zeit“.

Nicht so auffallend und nicht ganz so regelmäßig wie das

Ergrauen, aber kaum viel später macht sich bei vielen Menschen das Alter geltend in dem Zurückweichen der vorderen Grenze des Haarwuchses nach hinten. Es bildet sich das aus, was man beschönigend eine „Denkerstirn“ zu nennen beliebt. Allerdings drückt sich auch hierin ein Körnchen trefflicher populärer Beobachtung aus, denn es ist gar keine Frage, daß auf den früheren oder späteren Eintritt des Haarschwundes das von einigem Einfluß ist, was der Mensch treibt und erlebt, insofern nämlich alle Eindrücke auf das Geistes- und Gemütsleben, sobald sie tiefer und mächtiger Natur und von langer Dauer sind (Angst, Kummer, Sorgen, viele geistige Arbeit, große Verantwortung im Amt u. s. w.) den Haarwuchs ungünstig beeinflussen und gewiß ihren Anteil an der frühzeitigen Herausbildung der „Denkerstirn“ haben. Welch wichtige Rolle gerade ein intensives verantwortungsvolles Geistesleben bei der Entstehung der Glatze und Denkerstirn spielen mag, zeigt die Häufigkeit beider in den höheren Kreisen der Beamten- und Gelehrtenwelt. In den meisten Fällen gesellt sich nämlich zu diesem Höherwerden der Stirn auch ein Lichterwerden des Haarwuchses auf dem Scheitel. Diese lichter und lichter werdenden, zuletzt ganz kahlen Stellen sind zu Anfang oft nur kleine Flecke mitten im scheinbar gesunden und dichten Haarwuchs (Mondschein), die sich mit der Zeit nach vorn vergrößern und dann nur von einem schmalen Kranz von Haaren umgeben werden, bis nach vorn zu Platte und kahle Stirn sich zur Glatze vereinigen. Bei diesem Altershaarschwund handelt es sich natürlich um das einfache Ausfallen der Haare ohne jegliche spezielle Erkrankung der Haut, und man muß diesen Vorgang zu den völlig normalen physiologischen Alterserscheinungen rechnen.

Im Gegensatz zu dieser physiologischen Entstehung der Kahlköpfigkeit auf dem Wege des einfachen allmählichen Absterbens der einzelnen Haarpapillen steht der vorzeitige, nicht auf eine Krankheit der Kopfhaut oder des Körpers zurück-

führbare, sondern auf erblicher Familienanlage beruhende Haarschwund, der mit einem abnorm frühzeitigen Ergrauen des Haares vergesellschaftert zu sein pflegt. Unter mehreren andern Fällen dieser Art ist mir besonders eine Familie auffallend gewesen, in der die drei Söhne (Töchter waren nicht vorhanden) schon lange vor dem erreichten 40. Jahre, als ich sie kennen lernte, von ihrem Haarwuchs nur noch einen kleinen zweifingerbreiten, silberweißen, von dem einen Ohr über den Nacken sich zum andern hinziehenden Streifen übrig hatten. In lebhaftestem und eigentümlich berührendem Gegensatz zu diesem greisenhaften Aussehen des Kopfes standen die jugendfrischen Gestalten mit ihrer Lebendigkeit in Bewegung, Miene und Sprache.

Ebenso steht es auch mit der angeborenen Kahlheit oder Haarlosigkeit. Dieselbe betrifft entweder den ganzen Körper oder auch nur einzelne Körperstellen. In letzter Beziehung möchte das Fehlen der Augenbrauen, dem man ab und zu begegnet, die häufigste Erscheinung sein. Eine angeborene absolute Haarlosigkeit des ganzen Körpers gehört zu den größten Seltenheiten, aber sie kommt unzweifelhaft hin und wieder vor, wie denn auch in der medizinischen Litteratur mehrfach derartige Fälle erwähnt werden. Diese Fälle werden noch besonders interessant und bemerkenswert durch das zuweilen dabei beobachtete Fehlen aller oder doch der meisten Zähne. Etwas häufiger als die angeborene gänzliche Haarlosigkeit sind schon die Fälle von vermindertem Haarwuchs, die freilich denselben Eindruck völliger Haarlosigkeit machen können wie jene; in den Fällen nämlich, wo sich statt langer und gefärbter Haare nur jene feinen Wollhärchen entwickeln, die man nur bei seitlicher Beleuchtung als einen ganz feinen weißlichen Anflug wahrnimmt, genau so wie derselbe als regelmäßige und normale Erscheinung an der Haut, am Arm eines Kindes oder an der Wange eines jungen Mädchens vorkommt und als solcher so bedeutenden Einfluß ausübt auf

die Zartheit und Weichheit des Teints. Der Zustand läßt sich noch am ersten vergleichen mit der Bartlosigkeit des erwachsenen Mannes, wo es ja auch sein Bewenden hat bei der Bildung feiner Wollhärchen, an Stelle eines kräftigen Haarwuchses. So kannte ich ein Kind, dessen völlige Haarlosigkeit den Eltern Sorge machte. Bei genauer Untersuchung fand man jedoch auf dem ganzen Kopf ein äußerst feines farbloses Wollhaar, und zwar sehr hell gefärbte aber doch vorhandene sehr kleine Augenwimpern und -brauen, so daß man ein späteres Nachwachsen der Haare erwarten durfte. Nachdem die ersten Zähne sehr verspätet im zweiten Jahre zum Durchbruch gelangt waren, begann das Haar allmählich zu wachsen, blieb aber noch Jahre lang auffallend hell gefärbt. Außerdem bin ich im Besitz einer brieflichen Mitteilung von seiten einer Pfarrfrau aus Schlesien, die ich des allgemeinen Interesses wegen unverkürzt hier wiedergebe:

„Gör . . . bei L. in Schlesien, den 25. April 1884.

„Einem sehr geehrten „Gesundheitsrat“ erlaube ich mir die mir sehr am Herzen liegende Frage vorzulegen, ob es denn kein Mittel giebt, den Haarwuchs zu stärken? Wir haben ein Töchterchen, ein gesundes, frisches Kind von 7 Jahren. Leider hat die Kleine kein Hauptthaar. Wir haben verschiedene Haarmittel in Anwendung gebracht, z. B. jede Woche einmal den Kopf mit Gelbei gewaschen, sodann reine Rindermarkpomade mit Muskatnuß vermischt gebraucht; auch manchmal den Kopf mit Franzbranntwein gewaschen. Aber es hilft nichts, das spärliche Haar ist unnatürlich fein und fällt bei jedem auch noch so behutsamen Kämmen heraus. Erblich ist das Übel nicht; denn mein Mann und ich haben guten Haarwuchs, ebenso unsere andern beiden Kinder. Zu großem Danke würde ich mich verpflichtet fühlen, wenn ich ein wirksames Mittel bekommen könnte. Hochachtungsvoll zeichnet sich

Frau Pastor Anna L . . . . .“

Übrigens sind doch auch vereinzelte Fälle von Erblichkeit des totalen Haarmangels bekannt geworden und in der medizinischen Litteratur mitgeteilt.

Alle übrigen Formen frühzeitigen Haarschwundes beruhen auf Erkrankungen entweder des ganzen Körpers und sind dann der Ausdruck einer in ihren Grundfesten erschütterten Gesundheit oder sie entstehen auf dem Boden eines örtlichen Hautleidens. Unter den Allgemeinerkrankungen, welche verhältnismäßig oft als die Ursache des Haarschwundes auftreten, sind zu nennen: Typhus, Syphilis, schweres Wochenbettfieber, Scharlach, Masern und schwere allgemeine Ernährungsstörungen, wie Bleichsucht, Blutarmut und dergl. Aber die Art des Haarschwundes kann dabei eine sehr verschiedene sein, entweder bleibend oder vorübergehend. Am bekanntesten, weil am öftesten vorkommend, ist der Haarausfall nach schwerem Typhus. Büschelweise und erschreckend schnell, wie dürres Laub im Herbststurm, geht das Haar davon, oft nur wenige Reste zurücklassend. Die weiteren Schicksale des Haarwuchses hängen nun ganz davon ab, wie tief und wie nachhaltig die Schwächung des gesamten Organismus und wie schwer die Schädigung des „Haarbodens", um den populären Ausdruck zu gebrauchen, gewesen ist. Bei sehr vielen Menschen beginnt sofort der neue Nachwuchs in alter Kraft und Frische, und nach Verlauf einiger Monate ist an dem Haar weiter nichts Auffallendes zu bemerken, als seine Kürze (bei Damen). Andere, denen die Krankheit näher an das Leben ging und die Konstitution bis auf den tiefsten Grund zerrüttete, sind weniger glücklich. Zunächst dauert es länger, ehe der Organismus etwas für den Schmuck oder Luxus übrig hat und also für den Haarwuchs etwas thun kann. Beginnt dann endlich mit der fortschreitenden Kräftigung das Leben sich wieder in den Haarpapillen zu regen und der junge Nachwuchs hervorzusprießen, so ist der Charakter des Haarwuchses häufig ein anderer geworden: an Stelle dunklen, schlichten, starken Haares entwickelt sich helleres, oft stark lockiges, feineres und etwas gelichtetes Haar; oder das Haar hat wohl im übrigen seinen alten Charakter behalten, aber alle Farbe verloren und ist grau oder weiß

geworden (vergl. Kap. 23). Manchmal fällt auch das erste neue Haar nach einiger Zeit noch einmal wieder aus und erst das nun aufs neue an seine Stelle tretende ist bleibend und zeigt mehr oder minder vollständig den Charakter des altursprünglichen Haares wieder; in anderen Fällen leidet das Haar eine entschiedene Schwächung, oder endlich kann sich auch auf der Kopfhaut ein örtliches im Lauf von Jahren den Haarwuchs zerstörendes Leiden entwickeln.

Für junge Leute, namentlich wenn sie weiblichen Geschlechtes sind, ist diese Zeit des Haarausfalls und des sehnlichst erwarteten frischen Nachwuchses ein „Hangen und Bangen in schwebender Pein“, wo man sich bei aller Welt Rats erholt. Manche fragen in ihrer Not „sogar“ den Arzt, was sie bei der Sache machen sollen. Da bekommen sie dann gewöhnlich den sehr verständigen Rat zu hören: „Warten Sie die Sache ruhig ab, es wird sich bald frischer Nachwuchs einstellen, hüten Sie sich aber vor den „Haarwuchs befördernden Mitteln“ der Zeitungsreklame, denn auf eine künstliche Art hervorrufen und hervorzaubern kann man eben den Haarwuchs nicht; „man kann nicht die Kopfhaut bedüngen, wie ein ausgemergeltes Weizenfeld.“ Diese Äußerung ist durchaus richtig und ehrlich, aber sie zeugt nicht von Menschenkenntnis. Der Glaube, daß für jede Krankheit ein Kraut gewachsen sei, sitzt zu tief in Fleisch und Blut der Meisten, als daß sie sich zu dem ruhigen Abwarten und Nichtsthun entschließen könnten. „Es muß sich doch aber etwas dabei thun lassen, es muß doch irgend etwas geben, was den schwachen Haarwuchs wieder stärkt und kräftigt,“ diese aus dem heißen Verlangen entsprungene Überzeugung ist die Mutter viel thörichten Thuns und zugleich der fruchtbare Boden für die Zeitigung der goldenen Früchte eines ausgebreiteten Geheimmittelschwindels. Und weil diese Präparate vielfach angewandt werden von Leuten, bei denen der junge Haarwuchs allerdings ungesehen, weil zur Zeit noch unsichtbar in den Haarbälgen verborgen,

bereits hervorzusprießen sich anschickt, so empfängt der Glaube an die im besten Fall bloß unschädlichen Mittel stets wieder neue Nahrung. Es wäre vergebliche Mühe, wollte man versuchen, sie zu überzeugen, daß ihr Haar dieses Mittels, oder überhaupt eines Mittels absolut gar nicht bedurft hätte, vielmehr notwendiger Weise infolge der wiedergewonnenen Körpergenesung und des wiedererwachenden Lebens in den Haarpapillen „von selbst“, d. h. ohne jegliches Zuthun ihrerseits wieder gewachsen sei. Ohne Kenntnis der Ursache des mangelhaften Haarwuchses und ohne zu wissen, daß der Haarwuchs nach Verlauf einiger Zeit sicher wiederkommen werde, haben sie „irgend ein Mittel“ planlos und blindlings angewendet und besitzen nun die Naivität zu glauben, die Anwendung eines beliebigen Mittels stehe in irgend einem Zusammenhang mit dem Wiedererscheinen des Haares. Diese kindliche Handlungsweise läßt sich am besten vergleichen mit dem Verfahren jenes Wilden, dem man eine schöne 14 Tage lang gehende Stutzuhr mit einem daraufsitzenden bronzenen Fischerknaben geschenkt hatte. Als dieselbe nach Ablauf des Werks stillstand, war guter Rat teuer; wie war die Uhr wieder in Gang zu bringen? „Irgend etwas,“ dachte der schwarze Herr, „muß sich doch dabei thun lassen, „es muß doch irgend etwas geben, um das Ding wieder in Bewegung zu bringen.“ Er schüttelte die Uhr, daß sie klirrte, und als alles nichts fruchten wollte, begann er den unglücklichen Fischerknaben mit Keule und Streitaxt zu bedrohen und wäre schließlich wohl zu Thätlichkeiten übergegangen, wenn nicht im letzten Moment sein weißer Freund mit der Absicht, ihm das Aufziehen der Uhr zu zeigen, erschienen wäre, und durch das schnell ausgeführte Vorhaben die Uhr wieder in Gang gebracht hätte. Der Schwarze hielt jedoch zunächst hartnäckig fest an seiner Überzeugung von der Wirksamkeit seiner Drohungen auf den Fischerknaben. Daß eine äußerlich so einfach aussehende Maßregel wie das Aufziehen die Uhr wieder zum Gehen veranlasse,

wollte ihm durchaus nicht in den Sinn. Genau so machen's viele, wenn's mit ihrem Haarwuchs zunächst nicht gehen will; sie thun „irgend etwas", was, wie ihnen „irgend jemand" und wäre es auch nur „irgend eine Zeitungsannonce" versichert, den „schwachen" Haarwuchs „kräftigt." Gegenüber den unzähligen Ursachen des Haarschwundes, also um nur einige außer den bereits genannten hier gleich noch anzuführen: Falsche diätetische Behandlung des Haares, zerrende Frisuren, zu heiße Kopfbedeckung, Übermaß geistiger Arbeiten, leidenschaftlicher, ehrgeiziger Erregung, lange dauernde Angst und Sorgen, verschiedene Flechtenleiden, Kopfrose, gegenüber diesen verschiedenartigen den Haarwuchs „schwächenden" Zuständen, ein bestimmtes Universalmittel, ein stets und überall den Haarwuchs „stärkendes" Mittel anwenden wollen, das geht an Einfalt doch hinaus über das, was das aufgeklärte 19. Jahrhundert sonst vornehm glaubt belächeln zu dürfen, über das in früheren Jahrhunderten allen Ernstes betriebene Suchen nach dem Stein der Weisen, in dessen Besitz man alle Krankheiten glaubte heilen zu können — denn das heißt nicht: ihn suchen, das heißt: ihn gefunden haben. Leider ist er noch nicht gefunden und selbst die ehrlich gemeinten Universalmittel sind, wie gesagt, ungemein einfältiger Art.

Die dunkle Vorstellung, den „schwachen" Haarwuchs zu „stärken", veranlaßt die Leute, die Kopfhaut mit allerlei „Stärkendem" einzureiben. Wenn guter alter Wein den schwachen Rekonvaleszenten und Branntwein den Arbeiter stärkt, warum soll der Franzbranntwein nicht das Haar stärken? Man fühlt ja ordentlich, wie es beim Einreiben auf der Kopfhaut brennt. Zwar wirkt aller Spiritus (also auch Franzbranntwein, Eau de Cologne) austrocknend auf die Haut, wie sonst jeder weiß, und wird auf die bei den verschiedenen Formen des Haarschwundes krankhaft trockene Haut noch in erhöhtem Maße austrocknend einwirken, aber man hat doch „etwas für den schwachen Haarwuchs gethan", mag der Franzbrannt-

wein nun selber zusehen, wie er den Haarwuchs stärkt. Genau dasselbe läßt sich sagen von der seit Jahrzehnten viel gebrauchten, Chinaextrakt enthaltenden Dupuytrenschen Haarpomade. Unsere ärztlichen Vorfahren wußten so gut wie wir, daß der innerliche Gebrauch des Chinaextrakts und Chinins ein ausgezeichnetes Tonikum, „Stärkungsmittel“ für gewisse Schwächezustände des Körpers sei; was lag näher, als der äußerliche Gebrauch dieses „stärkenden“ Chinaextrakts bei „schwachem“ Haarwuchs. Es ist das natürlich genau so unnütz wie die Anwendung der kräftigsten Düngemittel auf einem Acker, in dem der ausgesäte Weizen etwa durch zu große Trockenheit oder Nässe oder Nachtfröste nach dem Keimen zu Grunde gegangen, erstorben ist. Das jetzt so viel gebrauchte Chininwasser, Eau de Quinine, ist natürlich um nichts besser, als die Chinapomade. Es wäre auch merkwürdig, daß der Chinaextrakt oder das Chinin, welches sonst von keinem Arzt als Heilmittel bei irgendwelchen krankhaften Zuständen der Haut äußerlich angewendet wird, gerade bei denjenigen Krankheiten der Kopfhaut oder des Körpers, welche ein Ausfallen der Haare mit sich bringen, wirksam sein sollten.

Ein zweite Klasse von Mitteln hat einen hautreizenden Charakter. Ihrer Anwendung liegt der Gedankengang zu Grunde, der Haarwuchs leide deshalb not, weil der Blutzufluß zu den Haarpapillen ein so geringer sei und die einzelnen Haare so zu sagen Hungers stürben. Das Haar werde sich schon wieder kräftigen, wenn man nur für einen reichlichen Blutzufluße sorge. So wurde Zwiebelsaft, Knoblauch, Spanischfliegentinktur und Senfspiritus eingerieben, die in verschiedenen Haarwuchspomaden und Haarwässern, auch in der obengenannten Dupuytrenschen zur Anwendung gelangen. Zweifellos vermehrt die Spanischfliegentinktur den Blutzufluß zur Haut und zwar um so stärker, je stärker die dadurch hervorgerufene Hautentzündung wird. Nun ist es aber eine durch die tägliche Erfahrung jedem Arzt sich stets aufs neue geradezu aufdrängende

Erfahrung, daß alle Entzündungszustände der Haut, auch wenn sie an sich sehr geringfügiger Natur sind, bei längerer Dauer stets das Haar zum Ausfallen bringen. Wenn es auch nun im Interesse der Kahlköpfe außerordentlich wünschenswert wäre, daß die Spanischfliegentinktur in diesem besonderen Fall einmal einen ihrer sonstigen Wirkungsart genau zuwiderlaufenden Einfluß ausübte, so ist das doch kaum zu erwarten, und man muß daher vor diesen wie allen anderen Hautreizmitteln dringend warnen, bis einmal der unwiderlegliche Beweis geliefert ist, daß dieselben einen dem Haarwuchs nützlichen und förderlichen Einfluß thatsächlich ausüben.

Aus der Zeit, wo man glaubte, daß von der „gütigen Mutter Natur" für jede Krankheit und jeden Schmerz auch ein Mittel bereit gehalten sei in der Pflanzenwelt, und daß es eben nur darauf ankomme, so lange zu probieren und darnach zu suchen bis man es gefunden habe, also aus der Zeit der heilsamen Kräutlein, Wurzeln und Kräutertränke stammt eine dritte Sorte von Heilmitteln gegen den Haarschwund. Man glaubte damals, die Mutter Natur treibe ihre Güte so weit, daß sie den Menschen sogar direkte Winke und Fingerzeige gebe über die in jeder Pflanze ruhenden Heilkräfte. In Pflanzen mit herzförmigen oder nierenförmigen Blättern oder Früchten suchte man Kräfte, welche die Krankheiten des Herzens oder der Nieren heilkräftig beeinflussen. Und was war natürlicher, als daß man denjenigen Pflanzen, deren Blätter und Früchte eine natürliche Behaarung zeigten, eine besondere Heilkraft gegenüber den Krankheiten des Haarbodens zutraute. So kam denn unsere gewöhnliche Klette, welche an allen Wegen und Schutthaufen als Unkraut vagabundiert, zu hohem Ansehen. Nicht bloß die Blüten mit ihren steifhaarigen Widerhaken, die sie so geeignet machen zu einem Spielball für einander neckende Kinder, sondern auch der dichthaarige, pelzige Überzug der großen Blätter schien den unwiderleglichen Beweis zu liefern, daß dem Saft der Wurzel sozusagen ein Naturzwang zur

Hervorbringung von Haaren inne wohnen müsse. Wenn der Saft der Wurzel zur Bildung eines so dichten Haarwuchses auf den Blättern und so steifer Borsten an den Blüten führte, warum sollte er nicht auf die Kopfhaut der Menschen geschmiert, hier einen mächtigen Haarwuchs hervorrufen? Seitdem erfreut sich das Klettenwurzelextrakt beim Publikum eines großen Rufes als Haarwuchsmittel. — Eine ähnliche Überlegung verhalf dem Bärenfett (als Bärenfettpomade) zu großem Ruhm; denn man durfte billig annehmen, daß dem Fett aus einem Unterhautzellgewebe, in welchem die darin eingebetteten Haarwurzeln zu einem so dichten, undurchdringlichen Haarwald, wie ein zottiger Bärenpelz es ist, gediehen, eine besonders kräftigende haarbildende Kraft eigen sei. — Die Ärzte sind, durch die Macht der Thatsachen belehrt, längst von dergleichen vollkommen willkürlichen Voraussetzungen zurückgekommen, aber das Publikum, welches notwendigerweise von den Wandlungen der Wissenschaft viel später Kunde erhält und immer einige Epochen nachhinkt, hält um so zäher an diesen Anschauungen fest, als sie dem sogenannten „gesunden Menschenverstande“ außerordentlich zusagen. Andererseits fehlt aber dem Laien auch jeder Maßstab für ein sicheres Urteil, wie weit solche Theorien mit der Wirklichkeit in Einklang stehen.

Hierher gehört auch der völlig aus der Luft gegriffene und unhaltbare Glaube an die Wirksamkeit des Abrasierens der Kopfhaare in der Absicht, den Haarwuchs zu kräftigen, wie schon ausführlich besprochen worden ist. Es mag seinen Grund in der Beobachtung haben, daß bei Jünglingen der Bart stärker wächst, wenn sie beginnen ihn zu rasieren, oder daß Rekonvaleszenten nach Typhus die ausgefallenen Haare wiederkommen, wenn sie den Kopf rasieren. Nun geschieht das aber durchaus nicht infolge des Rasierens, sondern einzig und allein, weil der junge Mensch nun bärtig zu werden beginnt, und im andern Fall käme man mit dem Rasieren schon viel zu spät, denn bei Rekonvaleszenten ist das alte Haar abgestorben auf

der Höhe der Krankheit und sitzt dann einfach mechanisch in den Haarbälgen fest, bis es durch starkes Kämmen herausgerissen wird, oder bis der junge Nachwuchs es einfach hinausdrängt, um Platz zu bekommen. Letzteres ist aber in der Wirklichkeit der seltenere Fall, weil das Kämmen meist schon früher zu diesem Ergebnis führt. Wenn man also zu rasieren beginnt, ist der Nachwuchs jedenfalls längst im Gange und andererseits, wenn der junge Nachwuchs nicht von selber kommen wollte, so würde auch wohl noch so vieles Rasieren auf der haarlosen Kopfhaut keinen hervorrufen. Wenn dieser Gegenstand hier nochmals zur Sprache gebracht wurde, so geschah es nur deshalb, um davor zu warnen. Denn wenn auch später das häufige Verkürzen des Haares keineswegs die allein durch die Größe der Papille bedingte Dicke und Länge desselben zu fördern, geschweige ihre Zahl zu mehren vermag, so nötigt dasselbe doch die Haarpapille zu angestrengtester Arbeitsleistung, da wie gesagt das Haar um so stärker wächst, je kürzer es ist im Verhältnis zu seiner ihm eigentümlichen Länge. Das Schneiden oder Rasieren giebt also immerhin einen mehr oder minder starken Reiz ab für die Papille, zu einer Zeit, wo dieselbe eben eine schwere Krisis überstanden hat, von deren Bedeutung die später hervortretende und in Farbenveränderung und Verdünnung der einzelnen Haare und Verminderung ihrer Zahl sich offenbarende Beschaffenheit zeugt. Unter solchen Umständen wird aber aus einem Reiz leicht eine Überreizung, aus einer Anstrengung eine Überanstrengung, die zur Erschöpfung führen kann. Aus dieser Schwäche der Funktion mag sich denn auch der nicht so seltene Wiederausfall des jungen, noch nicht einmal fingerlangen Nachwuchses erklären.

An der Verfahrenheit und Aussichtslosigkeit dieser ganzen Angelegenheit trägt zum großen Teil ein falscher Ausdruck Schuld, ein Ausdruck freilich, der den mangelhaften Vorstellungen über die Natur des „Haarschwundes“ vollkommen entspricht. Es würde einen großen Fortschritt bedeuten, wenn

sich die Einsicht Bahn brechen wollte, daß man nicht von einem „schwachen", sondern von einem „kranken" Haarwuchs sprechen müsse. Damit würde dann der ganze sich mit dem Haarwachstum beschäftigende und in der Vorstellung damit verbundene Ideenkreis einen anderen Charakter annehmen. Ganz von selber würde man aufhören den „schwachen" Haarwuchs „stärken" zu wollen. Denn wer es weiß, daß es sich um einen „kranken" Haarwuchs handelt, wird überlegen, wie ihm zur Gesundheit zu verhelfen sei. Es würde sich an den Ausdruck von dem „kranken Haar" sofort die Vorstellung einer Vielheit von Haarkrankheiten knüpfen und der Notwendigkeit einer sachkundigen Behandlung. Bei den Zuständen, von denen hier die Rede war, also bei dem Haarausfall nach erschöpfenden Krankheiten ist im großen und ganzen das Abwarten das Beste, wie schon oben angedeutet wurde, einmal weil das Haar ja ohne Frage von selber wiederkommen wird und anderseits, weil man Mittel, welche direkt Haare aus der Haut hervorsprießen machen oder das Wachstum der einmal vorhandenen Haare nach Art einer Düngerwirkung befördern, gar nicht kennt. Will man ein Übriges thun, um seinerseits nichts zu versäumen, so kann es sich nur darum handeln, der Haut des Kopfes alle mögliche Pflege zu teil werden zu lassen, um ihr ihre Aufgabe zu erleichtern.

Diese Pflege kann nur eine diätetische sein, wie dieselbe in dem Kap. 20 eingehend geschildert wurde, also vor allem häufige Waschungen mit einer Seife, von deren Milde und Unschädlichkeit man Beweise hat, in reichlichem, weichem, gerade eben warmem Wasser (26—28° etwa). Es versteht sich von selbst, daß man dies wochen- und monatelang fortsetzen muß. Für solche, deren Haut gegen Seife sehr empfindlich ist, empfehlen sich statt dessen Kleienwaschungen. Außerdem ist es ganz zweckmäßig, die Kopfhaut jeden Morgen mit Rosmarinhaarwasser (Nr. 64) abzuwaschen resp. zu benetzen. Oder man kann statt dessen auch die Kopfhaut, wenn sie sehr trocken

ist, morgens sparsam mit Benzoevaseline (Nr. 65) einreiben oder mit dem allbeliebten Eigelb.

Anderseits muß man sich entschieden hüten vor der Anwendung von Geheimmitteln, deren Zusammensetzung man nicht kennt. Die meisten derselben enthalten — es war schon mehrfach die Rede davon — von grundfalschen Voraussetzungen ausgehend, stark reizende, den Haarwuchs sicher mehr beeinträchtigende als fördernde Bestandteile und nur von der Minderzahl kann man sagen: sie schaden zwar nicht, aber sie nützen auch nichts.

Dem durch allgemeine konstitutionelle Ursachen hervorgerufenen Haarschwunde gegenüber steht der durch die verschiedenartigsten Leiden der Kopfhaut verursachte Haarschwund. Es sind meist „flechtenartige" Leiden, also örtliche „Hautkrankheiten", um die es sich handelt. Einige derselben kommen nur oder fast nur im Bereich der behaarten Kopfhaut vor, andere sind flechtenartige Hautkrankheiten, welche zwar an der Haut des ganzen übrigen Körpers vorkommen, aber bei ihrem Vorkommen an der behaarten Kopfhaut eben wegen der Örtlichkeit doch einen veränderten Charakter zeigen und ein erhöhtes Interesse wegen ihrer dem Haarwuchs so verderblichen Folgen bieten. Soweit nun diese im folgenden zur Darstellung gelangen, sind sie keineswegs systematisch geordnet und erschöpfend behandelt, wie das bei wissenschaftlicher Behandlung des Gegenstandes der Fall sein müßte. Das Hauptgewicht mußte vielmehr, unter steter Berücksichtigung des Verständnisses der Laien, gelegt werden auf die Kennzeichnung und die Unterscheidungsmerkmale der Krankheitszustände, auf die Entstehungsursachen, soweit sich daraus Regeln herleiten ließen zur Vermeidung der einzelnen und auf die Maßregeln zur Heilung, soweit als sich das vom ärztlichen Standpunkt aus rechtfertigen läßt, dessen maßgebender Gesichtspunkt vor allen Dingen das „Nil nocere" (keinen Schaden zufügen) sein muß. Die meisten Menschen verlangen zwar ein ganzes

Arsenal von unfehlbaren „Mitteln“ gegen den Haarausfall: Aber solange es verschiedene, den Haarwuchs zerstörende Krankheiten giebt, muß es auch verschiedene Mittel und Maßregeln zur Heilung geben, und solange zur sicheren Unterscheidung dieser Krankheiten sehr eingehende spezialärztliche Kenntnisse gehören, wird die Heilung der Krankheitszustände der Kopfhaut, soweit sie überhaupt möglich ist, denjenigen vorbehalten bleiben, die mit den betreffenden Kenntnissen ausgerüstet sind, d. h. den Ärzten und unter diesen besonders denjenigen, welche sich speziell mit der Heilung der Hautkrankheiten befassen.

a. Der Schinn.

Von allen mit dauernder Kahlköpfigkeit endenden Haarkrankheiten ist die häufigste die Schmerflechte oder wie man im gewöhnlichen Leben den niedersten Grad, sozusagen ihren Schlummerzustand zu nennen pflegt, der „Schinn“.

Der „Schinn“ gehört zu den allerlangwierigsten Krankheiten, denn ihr Verlauf vom ersten Anfang an bis zum Ende, d. h. bis zur vollkommen ausgebildeten Glatze, erstreckt sich auf 10 bis 15, ja 20 Jahre. Wenn sich die daran Leidenden, an den Arzt wenden, gewöhnlich im Alter von 20—30 Jahren, weil sie bemerken, daß ihr Haar sich bedeutend zu lichten beginnt, so hört man oft von ihnen, daß ihr Leiden schon in der Schulzeit begonnen habe, vielfach schon mit dem 14. oder 16. Jahre. Es pflegen Jahre darüber hinzugehen, ehe sie durch den wachsenden Haarausfall ins klare kommen über den verhängnisvollen Charakter des „Schinns“, den sie bis dahin wegen der damit verbundenen Unannehmlichkeiten äußerer Art allerdings für eine höchst fatale Sache, aber keineswegs für ein irgendwie folgenschweres Leiden zu halten gewohnt waren. Manchem gehen die Augen über den ursächlichen Zusammenhang von Schinn und Haarausfall erst auf, wenn nach der allmählichen Ausbildung einer tadellosen Glatze, dem „glänzen-

den" Endergebnis seines haarverwüstenden Thuns und Treibens, der „Schinn" nach und nach verschwindet. Bis zu diesem Zeitpunkte vergehen wie gesagt wiederum viele Jahre, denn die ausfallenden Haare werden zunächst durch neue ersetzt. Es geht dabei dem ganzen Haarwuchs wie dem einzelnen Haare: das erste Haar, welches unter der Einwirkung des Schinns zum Ausfall gebracht wurde, hatte noch seine volle Länge und Dicke, vielleicht auch noch das folgende, aber allmählich offenbart sich der verderbliche Einfluß des Krankheitsprozesses auf die Haarpapille in einer Verminderung der Funktion. Das Haar erreicht bei seiner stark verkürzten Lebensdauer nicht mehr seine typische Länge, d. h. jene Länge, welche dem Haare an der betreffenden Stelle eigentlich zukommt. Ein schwächeres und wiederum kurzlebigeres tritt an seine Stelle und so geht das fort, bis an Stelle eines in seiner natürlichen Länge mehrere Fuß langen dicken Haares ein kaum einen Centimeter langes, ganz dünnes und so schwach gefärbtes Haar tritt, daß man es kaum sehen kann. Schließlich fällt auch dieses aus und der Haarbalg verödet unwiderruflich für immer. Denkt man sich den hier geschilderten Prozeß gleichzeitig an vielen Haaren auf dem Scheitel abspielend, so erklärt sich das allmähliche Entstehen der Glatze ganz von selber. Die Krankheit zeichnet sich aus durch einen scheinbar ungemein unschuldigen Beginn. Ganz allmählich, fast unmerklich stellt sich das Ausfallen ganz zarter weißer kleiner Schüppchen ein; zuerst ist ihre Anzahl ganz gering, so daß man sie gar nicht bemerken und beachten würde, wenn sie nicht den Rockkragen namentlich von schwarzer oder dunkelfarbiger Kleidung in unliebsamer Weise verunzierten. Selbst wenn die Menge der Schüppchen mit den Jahren zunimmt, pflegen sie nur wegen ihrer Verunreinigung von Haar und Rockkragen als unangenehm empfunden zu werden und lange nicht diejenige Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen, die man ihnen schenken würde, wenn man allgemeiner wüßte, daß dieser Ausfall kleienartiger

Schuppen nichts weiter ist als die erste Vorbereitung zur Glatze. Mit der Zeit pflegen dann Haut und Haar eine trockenere Beschaffenheit anzunehmen, die sich selbst durch reichlichen Gebrauch von Haaröl und Pomade immer nur für kurze Zeit beseitigen läßt. Ausnahmsweise giebt es freilich auch Fälle, in denen diese Trockenheit der Haare vollständig fehlt oder nur schwach hervortritt.

Schon in diesem Stadium beginnt sich der Haarwuchs zu lichten, was der allmählich und in unheimlicher Weise wachsende tägliche Haarausfall schon ahnen und fürchten ließ. Je mehr dieser Haarausfall zunimmt, desto kürzer und feiner pflegt auch das ausfallende Haar zu werden, so daß sich der unvermeidliche Ausgang immer klarer und deutlicher ankündigt.

Untersucht man zu dieser Zeit den Kopf, so bemerkt man in den Haaren hängend und mehr oder weniger fest auf der Kopfhaut festsitzend, zahlreiche, gelblichweiße, manchmal fast perlmutterartig glänzende, sehr dünne und zarte Schüppchen, an Gestalt ähnlich der Kleie, aber viel kleiner. Dabei sieht aber die Haut nach Entfernung der Schuppen so vollkommen rein und gesund aus, daß man bei Patienten, welche gewohnt sind, täglich gründlich ihren Kopf zu waschen, keine Spur eines krankhaften Zustandes wahrzunehmen im stande wäre, wenn nicht die Haare selbst einen Fingerzeig zur Beurteilung des Zustandes der Dinge an die Hand gäben. Faßt man nämlich ein kleines Bündel Haare zwischen Daumen uud Zeigefinger und zieht es durch die beiden Finger hindurch, so wird man bei haargesunden Menschen mit leeren Händen abziehen, weil die Haare zu fest sitzen, bei Köpfen, die mit Schinn behaftet sind, wird man dagegen stets ein oder mehrere Haare in den Fingern behalten.

Außer den genannten Schüppchen trifft man meistenteils hin und her auf der Kopfhaut verstreut, noch eine andere Sorte von Schuppen an, aber stets nur in geringer Anzahl; von den weißen Schüppchen unterscheiden sie sich durch

ihre viel bedeutendere Größe und einen roten bis schwarzbraunen, offenbar von einem Bluttröpfchen herrührenden Fleck in der Mitte. Diese kleinen Krusten entstehen infolge des durch das fortwährende gelinde oft aber recht lästige Jucken veranlaßte Kratzen. — Viele Patienten wollen trotz der vorhandenen Krusten von einem Jucken gar nichts wissen, so unbewußt betreiben sie es, meist am Schreibtisch sitzend bei aufgestütztem Ellbogen mit der linken Hand und geben das erst zu, wenn man sie direkt hierauf aufmerksam macht. — Die Ursache des Schinns ist von wissenschaftlicher Seite noch nicht ganz klar gelegt worden. Ob derselbe wirklich die Folge ist der Ansiedelung von Pilzen kleinster Art, wofür sich manche Gründe anführen ließen, muß dahin gestellt bleiben, bis der unzweifelhafte Beweis dafür erbracht ist. Vielfach wird der Friseursalon als die Quelle der Weiterverbreitung des Übels angesehen, indem man annimmt, daß durch die Bürsten und Kämme, die der Reihe nach auf gesunden und kranken Köpfen gebraucht werden ohne vergängige Reinigung der Keim der Krankheit von den Kranken auf die Gesunden übertragen werde; wie weit aber diese Anschauung berechtigt ist, läßt sich schwer entscheiden.

Wie die Dinge liegen, kann man dem Friseur gar nicht einmal viele Vorwürfe machen; ein Kunde drängt den andern, wie sollen sie inzwischen eine wirklich wirksame Desinfektion ausführen oder wie viel Bürsten sollen sie halten? Übrigens giebt es ja auch für die Herren einen ganz sichern Weg, die Ansteckung zu vermeiden, *sofern sie wirklich noch keine Spur von Schuppen haben*; sie müssen sich eben entschließen, es zu machen wie die Damen, nämlich *sich nur mit eigenem Kammzeug frisieren zu lassen*. Die Frauen, die öffentliche Frisierkabinette ungemein viel seltener aufsuchen und die von der „im Hause“ bedienenden Haarkünstlerin meist die eigenen Kämme und Bürsten verwenden lassen, leiden weit weniger an Schinn, so daß es scheinen könnte, als ob jene Anschauung von der Ansteckung und Weiterverbreitung der

Krankheit in Friseurläden durch diese Thatsache neue Nahrung erhalten könnte. Auf der andern Seite spricht aber auch wieder Manches dagegen, so daß man sich schwer für das eine oder andere zu entscheiden vermag.

Aus dem Vorstehenden ergeben sich für Haargesunde aber demnach folgende wichtige Verhaltungsmaßregeln zur Verhütung der Krankheit. Zunächst sollte man sich nie und nirgends fremder Kämme und Bürsten bedienen. Jeder Erwachsene soll sein eigenes Kammzeug besitzen, und ebenso natürlich auch die Kinder. Man kann in diesem Punkt nicht streng genug sein. Wer es nicht vermeiden kann, den Friseur in seinen Geschäftsräumen aufzusuchen, der thut wohl daran, den oben gegebenen Wink hinsichtlich des Kammzeuges zu beherzigen, namentlich keinerlei Bürste auf dem Kopf zu dulden und jedenfalls sofort zu Hause eine sehr gründliche Seifenwaschung des Kopfes vorzunehmen, so schade es sein mag um die fein parfümierte und toupierte Frisur. Besondere Vorsicht dem Friseur gegenüber haben die Rekonvaleszenten von schweren Krankheiten zu beobachten. Erfahrungsgemäß pflegen sich diese an den Friseur zu wenden, sobald ihnen die Haare auszufallen beginnen, um sich nun auf dessen Rat hin die „Spitzen recht oft verschneiden", den Kopf „ein wenig waschen" und sich obendrein noch irgend „ein Mittel zur Beförderung des Haarwuchses" aufhalsen zu lassen, das möglicherweise mehr Schaden als Nutzen bringt. — Bei dieser Gelegenheit sei ausdrücklich noch einmal ein gutes Wort eingelegt für leichte Kopfbedeckung, also für die anspruchslosere Stoff- oder Seidenmütze gegenüber dem modernen Filzhut, von dessen bösen, dem Übel nicht bloß vorarbeitenden, sondern dasselbe auch begünstigenden Einflüssen bereits die Rede war.

Willkommener als diese Vorbeugungsmaßregeln würden vielen Ratschläge zur Heilung der zwar nicht gefährlichen, aber doch gefürchteten und immerhin etwas entstellenden Krankheit erscheinen, am liebsten gleich ein unfehlbares Rezept. Und doch

ist grade jene Seite der Frage die wichtigere. So wünschenswert es auch wäre, so kann hier doch von der Darstellung einer regelrechten Behandlung nicht die Rede sein. Einerseits zeigt nämlich die Erfahrung, daß die Kleienflechte von Seite der Laien sehr oft mit andern ähnlichen Zuständen verwechselt wird, weil die sichere Unterscheidung von andern, von Schuppenfall begleiteten Erkrankungen manchmal wirklich nicht leicht ist, und andererseits verlangt jeder Fall auch wieder seine besondere Behandlung. Schon mancher hat an sich selber die Erfahrung gemacht, was es auf sich hat mit den vielen von den Friseuren als „unfehlbar“ empfohlenen Mitteln gegen den „Schinn“ (Eau de Quinine, Franzbranntwein mit Ricinusöl, der Stahldrahtbürste und vielem andern). Nach solchen Erfahrungen wird man aber auch in Anerkennung der Schwierigkeit der gestellten Aufgabe unwillkürlich seine Ansprüche herabmindern und zufrieden sein müssen mit der Versicherung, daß eine gewissenhafte spezialärztliche Behandlung in sehr vielen Fällen dem lästigen Übel Einhalt zu gebieten vermag. Immerhin kann ja ein Versuch der Selbsthilfe nicht schaden. Am meisten empfiehlt sich hierzu das mindestens zweimal wöchentlich vorgenommene Waschen des Kopfes mit Seife und nachfolgender Einreibung der Kopfhaut mit Paraffinöl. — Zu der Seifenwaschung verwendet man eine gute Teerseife, flüssige Glycerinseife oder auch die Krankenheiler Jodsodaseife und weiches warmes Wasser. Der ganze Kopf wird überreichlich mit der Seife eingeschäumt und mehrere Minuten lang gewaschen. Zur Reinigung spült man dann den Kopf aus einem Topf mit Ausguß oder einem kleinen Doucheapparat mit reichlichem lauem Wasser ab und trocknet schließlich die Haare gut mit weichen gewärmten Tüchern ab. Am zweckmäßigsten nimmt man diese Wäsche abends vor dem Zubettgehen vor, weil man dann die einem nassen Kopf schuldigen Vorsichtsmaßregeln erspart. Zuerst gehen bei dieser Wäsche sehr viel mehr Haare aus, als vorher, weil durch das Seifen und Reiben und Ab-

trocknen alle Haare, die nicht mehr wurzelfest sind, herausbefördert werden. Das dauert aber nur 8—14 Tage, dann wird gewöhnlich der Haarausfall bedeutend geringfügiger; diese gewaltsame Entfernung der lose sitzenden kranken Haare kann man nur als etwas sehr günstiges betrachten. Wenn nichts anderes, so wird durch die Seifenwaschungen eine sehr gründliche, zunächst mechanische, schon aus Reinlichkeitsrücksichten sehr willkommene Beseitigung der Schuppen bewirkt; andererseits aber vermindert diese Behandlung den oft unausstehlichen Juckreiz und beeinflußt die Krankheit selbst in günstiger und den Haarwuchs direkt kräftigender Weise. Je länger diese Seifenwaschungen fortgesetzt werden, ein halbes Jahr und selbst noch viel länger, um so mehr Nutzen hat man davon. Man darf aber nicht versäumen, nach den Waschungen den Kopf einzufetten, weil die Haut sonst leicht spröde wird.

Seit alters her erfreut sich die Anwendung des Eigelbs warmer Empfehlung als Mittel gegen Haarschwund. Es läßt sich sehr wohl ein heilsamer Einfluß desselben auf bestimmte Formen desselben denken, wenn derselbe auch nur schwach sein dürfte.

Wo diese Behandlungsweise nicht ausreicht zur Beseitigung des „Schinns“, da wird es am besten sein, sich an einen Spezialarzt für Hautkrankheiten zu wenden, in dessen Bereich dies Leiden gehört.

b. Die Schmerflechte.

In der voraufgehenden Darstellung ist so häufig und an so verschiedenen Stellen des in der Überschrift genannten Leidens die Rede gewesen, daß eine zusammenfassende Darstellung desselben an dieser Stelle notwendig erscheint. Es handelt sich dabei um die wichtigste aller Hautkrankheiten, so daß diese Stelle, wo zunächst die Rede ist von den den Haarwuchs betreffenden und beeinträchtigenden Krankheiten, nicht ganz passend dazu erscheinen mag. Der Grund, dieses Leiden

hier dennoch zur Sprache zu bringen, ist ein mehr äußerlicher, nämlich der, daß die Schmerflechte gewöhnlich von dem behaarten Kopf ausgeht und von hier aus oft geradezu über den Körper ausgestreut gleichsam ausgesät wird und auf demselben in Form der verschiedensten Hauterkrankungen in die Erscheinung tritt. Die genaue Kenntnis dieses Zusammenhanges veranlaßt den sachkundigen Arzt, bei einer sehr großen Anzahl von Hautaffektionen sofort die Kopfhaut zu untersuchen, um sich darüber zu vergewissern, ob das betreffende Leiden eine Teilerscheinung der Schmerflechte sei oder nicht, um danach seine Behandlung einzurichten. Von allen Hautkrankheiten ist die in Rede stehende die weitaus häufigste und sie stellt das Hauptkontingent für das Sprechzimmer des Hautspezialisten. Es darf hier nicht unerwähnt bleiben, daß diese Anschauungsweise ziemlich neu ist und noch nicht in die Kreise der praktischen Ärzte, die den Spezialfächern, namentlich den Hautkrankheiten, selbstverständlich nur geringe Aufmerksamkeit schenken können, eingedrungen ist, woraus man ihnen Vorwürfe zu machen bei der Natur der Dinge nicht berechtigt ist.

Schon im vorigen Kapitel ist bemerkt worden, daß der „Schinn" ein äußerst langwieriger Zustand sei. Der Schinn ist, wie aus der bisherigen Darstellung bereits bekannt, nichts weiter als unsere Schmerflechte und zwar der geringste Grad des Leidens; in der Gestalt des Schinn kann die Krankheit den Menschen durchs ganze Leben begleiten, ohne jemals die geringste Änderung oder Verschlimmerung zu erfahren. Sie kann es, aber sie muß es nicht; im Gegenteil, oft zeigt sich schon ganz frühzeitig, im Säuglingsalter, ein wie fataler Begleiter durchs Leben dies Leiden sein kann. Wer kennt nicht jene nässenden Ausschläge des Kopfes kleiner Kinder, bei dem der ganze behaarte Kopf, oft auch der größte Teil des Gesichtes entweder eine stark nässende Fläche bildet oder von einer gelblichen oder braunen (bei vielem Kratzen selbst schwarzen blutigen) von vielen Rissen durchzogenen Kruste wie von einer Haube

bedeckt ist? Noch häufiger als diese Fälle höchster Ausbildung sind diejenigen, in denen kleinere oder größere rundliche Stellen, oft in großer Zahl mit dicken Krusten von durchscheinend gelber Farbe bedeckt sind. Das starke Jucken veranlaßt die Kinder zu vielem Kratzen, weshalb ein Teil dieser Stellen nach dem Abkratzen der Kruste eine hellrote, nässende oder auch blutende Geschwürsfläche darstellt. Der sehr entstellende Ausschlag kann bei unzweckmäßiger Behandlung recht langweilig sein, heilt aber schließlich ohne weitere Gefahren auch ohne Behandlung meist zu.

Schlimmer ist eine andere Form, unter der die Schmerflechte bei Säuglingen am Rumpf auftritt, das sogenannte „Fratt- oder Wundsein“, welches meist ausgeht von Gelenkbeugen, also unter den Armen in der Achselhöhle, in der Leistenbeuge, zwischen den Beinen, oder auch am Halse beginnt. Die Haut ist hier rot, heiß und feucht, und die Unruhe der Kinder zeugt davon, daß sie Schmerzen haben. Es bleibt aber nicht immer bei einer solchen vom Wundsein befallenen Stelle, meist tritt dasselbe an allen genannten Stellen zugleich auf. So lange es sich dabei nur um einen fingerbreiten geröteten Streifen in den Hautfalten handelt, hat die Sache ja nicht viel auf sich, aber es hat dabei nicht immer sein Bewenden. Vielmehr werden die roten Stellen breiter und breiter und dehnen sich über immer weitere Hautbezirke aus. So kann von den Gelenkbeugen aus der größere Teil des Körpers erkranken und in eine rote nässende Fläche verwandelt werden. In dieser Ausdehnung ist das Übel keineswegs mehr ein gleichgültiges, sondern wie auch das ganze Gebahren des Kindes zeigt, zuweilen ein sehr bedenkliches, das einer sorgsamen sachkundigen Behandlung bedarf. — Im späteren Kindesalter nimmt die Schmerflechte die Gestalt der bekannten Ausschläge mit honiggelben Borken an Kopf und Gesicht an, und später, wenn die Kinderschuhe ausgezogen sind, macht sie sich geltend in Gestalt der allerverschiedensten Hautleiden trockener und nässender Natur. Auch der Schinn

pflegt sich um diese Zeit stärker zu zeigen. Man merkt das nicht nur an den auf die Kleidung herunterfallenden und namentlich dunkelfarbige Kleider trotz alles Bürstens immer wieder verunreinigenden staubartigen Schüppchen, sondern auch bei direkter Besichtigung der Kopfhaut. Bei der Mehrzahl der an Schinn Leidenden bleibt es Zeitlebens bei dieser niedrigsten Stufe des Leidens und dem damit zusammenhängenden allmählichen Haarausfall, ohne daß je irgend ein anderes Hautleiden am übrigen Körper sich zeigte. In der voraufgehenden Darstellung ist bei der Besprechung des Finnenausschlages und ebenso bei der der Kupferröte des Gesichtes darauf hingewiesen worden, daß diese selten eine andere Ursache haben, als das Vorhandensein der Schmerflechte, des Schinns auf dem Haarboden. Es kann nicht Aufgabe dieser Schrift sein, diese Angelegenheit in alle Einzelheiten zu verfolgen, aber es muß doch wenigstens kurz der Schmerflechte, von der so viel die Rede gewesen ist, gedacht werden und möge gestattet sein, die Schilderung des Leidens einem Briefe zu entnehmen, der seinerzeit dem Gesundheitsrat des Daheim galt:

„Sehr geehrter Herr Gesundheitsrat. — Einen sehr geehrten Gesundheitsrat erlaube ich mir zu behelligen mit meiner schon seit Jahren bestehenden Kopfhauterkrankung. Ich leide nämlich an dem lästigen Schinn, vielleicht schon seit den Kinderjahren, ohne von den Nachteilen in Bezug auf die Erhaltung des Haupthaares Kenntnis gehabt zu haben. Ich habe den Kopf gereinigt, gebürstet, mit Franzbranntwein u. s. w., ohne sonderlichen Erfolg. Außerdem leide ich nun schon bald drei Jahre an einem flechtenartigen Ausschlag an beiden Kniescheiben, wo die Haut stark gerötet ist und bedeckt von ganz weißen, dicken, über Zweimarkstück großen Schuppen. Nach Anwendung einer Salbe verschwanden dieselben. Aber die Freude dauerte nicht lange, nach 3—4 Monaten zeigten sich schon wieder kleine rote Flecke, ich bestrich sie abermals mit Salbe und sie verschwanden denn auch. Aber schon Ende November wurden der roten Flecken wieder mehr und ich ließ ihnen ihren Willen. Darauf Ende Dezember, vor dem Spiegel stehend, das Haar zu ordnen, erblicke ich vor der Stirn,

1 cm vom Haar entfernt, einen roten Streifen 2 cm lang, 1/2 cm breit; am andern Tage trat er schon deutlicher hervor. Am dritten Tage war in der Nähe die Haut geschwollen, sogar das Auge und die Nase waren in Mitleidenschaft gezogen. Es zeigten sich auch an der Schläfe zwei kleine rote Flecke von der Größe einer Erbse, in den Augenbrauen ebenfalls ein halb so großer. Am Ohr, zwischen diesem und der Wange, lag ein Knötchen in der Haut, das bei der Berührung schmerzte, jedoch nach einigen Tagen ohne weiteres wieder gewichen war. Während dieser Tage der Blüte befand ich mich durchaus nicht frisch und frei. Die Stelle vor der Stirn hatte eine gelbliche Borke, die nach drei Wochen abfiel, jedoch der rote Fleck ist noch heute in derselben Größe da, die Haut hat eine kleine Vertiefung und ist uneben. Nach Verlauf von 14 Tagen zeigten sich auch Spuren auf dem Kopfe. Von der Mitte des Kopfes bis zu dem einen Ohr, d. h. am Hinterkopfe, habe ich nämlich eine kahle Stelle. Auf dieser haarlosen Stelle, besonders gerade in der Mitte des Kopfes, ist die Haut gerötet und wärmer, etwas erhöht und hat eine Borke, weiter herunter nach dem Ohr waren auch schon zwei während dieser Zeit, die jedoch schon wieder besser sind. Im Nacken, am Rande des Haarwuchses, war auch eine geschwollene schmerzhafte Stelle, die ohne Borke zu verlaufen scheint."

Soweit der Brief, der eine ganz anschauliche Schilderung giebt von einem milden Fall der Schmerflechte. In ausgesprocheneren Fällen nimmt diese Art der Hautkrankheit noch weit größere Ausdehnung, die hier noch kurz angedeutet sein mögen. Auf der Stirn findet man nicht einen Fleck wie den oben beschriebenen, sondern mehrere, sämtlich in einer Reihe nahe an der Haargrenze. Ferner finden sich derartige Flecke hauptsächlich in der Mitte der Brust und in der Mitte des Rückens vom Nacken herunter bis zum Kreuz. Manchmal sind es nur einzelne Flecken, oft sehr zahlreiche, so daß der Körper wie übersät erscheint, und zwar nicht bloß an den genannten Teilen, sondern auch an Beinen und Armen bis zu den Fingern herab. Die Flecken sind von verschiedener Größe, bis thalergroß und darüber, meist aber nur in der Größe eines Zehn-

pfennigstücks und darunter, rundlich von Gestalt und etwas höher als die umgebende gesunde Haut. Die Farbe ist eine stark gerötete; vielfach sind die Flecken von einer Kruste bedeckt, die an Knien und Ellenbogen weißlich, an den übrigen Stellen honiggelb und mehr oder minder dick und trocken ist. Auf dem Kopf sind die Erscheinungen oft nicht so deutlich. Die Haut schuppt ab und juckt mehr oder minder; weiterhin kann dann die bis dahin weiße Haut sich röten, wobei sie sich lästig heiß anfühlt und stärkere und gelbliche Schuppen absondert, sogar die Ohren werden befallen, sie schwellen an, werden rot, nässen zuweilen und jucken oder schmerzen. Daß dabei auch die Haare in Mitleidenschaft gezogen werden, darf am Ende nicht wundernehmen; man sieht dieselben nicht nur in verstärktem Maße, in schweren Fällen sämtlich, ausfallen, sondern zuweilen teilweise weiß werden. Indes hat das Beides in diesem Fall nicht gerade zu viel zu sagen, denn nach Abheilung der Krankheit wachsen nicht nur die ausgefallenen Haare wieder, sondern die weißen nehmen nachher auch ihre natürliche frühere Farbe wieder an.

Es bleibt indes nicht immer bei dieser mehr trockenen Form, sondern es kommt häufig auch zu starker Krustenbildung auf dem Kopf. Zwischen den darin festgeklebten Haaren lassen sich diese Krusten meist nur schwer und nur stückweise entfernen, ein Umstand, der dem Übel oft einen gänzlich veränderten Charakter verleiht. Mit dem Eintritt dieser Art von Hautentzündung stellt sich außerdem häufig zugleich eine Vermehrung der Absonderung der Talgdrüsen ein, woran die Kopfhaut so reich ist. Der abgesonderte Talg zusammen mit der unter den Borken sitzenden eiterigen Flüssigkeit geht bei Leuten, die den Kopf nicht reinlich halten, sehr bald in Fäulnis über und verbreitet einen widerwärtigen fauligen Geruch. Der mit solchem Eczem meist verbundene Juckreiz veranlaßt ein häufiges Kratzen und dadurch eine unentwirrbare Verfilzung der Haare, welche dann unter besonderen — aber seltenen — Umständen zu

dem führt, was man „Weichselzopf" nennt. Der ganze Zustand nötigt vielmehr, meist ehe es so weit kommt, durch sein Jucken, sein Aussehen, seinen Einfluß auf die Haare, die Leidenden, ärztliche Hilfe zu suchen.

Bei der Untersuchung findet man unter diesen Krusten die Kopfhaut entweder noch nässend oder auch bereits wieder trocken und in diesem Fall mit dünneren Schuppen bedeckt. Bei sogenanntem chronischem Eczem, das als „trockene, schuppende Flechte" vielfach Monate und Jahre lang besteht, hängen diese Krusten nicht in so großen Stücken zusammen, sondern bilden mehr oder weniger rundliche oder ovale schmutziggelbe fest aneinander gepackte Schuppen, von etwa 3—5 mm Länge. Bei der Entfernung derselben mit Hilfe von Öl und Seifenwasser gehen nun zum großen Schrecken der Patienten die Haare gewöhnlich in Massen von dannen. Sie wissen eben nicht, daß diese in den Krusten festgekitteten Haare nur noch mechanisch von denselben festgehalten werden und schon seit langer Zeit als ausgegangen zu betrachten sind. Was die Haare anbelangt, so pflegen sie bei dieser Krankheit gewöhnlich ihre Farbe und ihren Glanz zu behalten und, soweit sie ausgegangen sind, nach der Heilung auch wieder zu erscheinen, aber doch bei weitem nicht immer, so daß man alle Ursache hat, rechtzeitig für ihre Behandlung von sachkundiger Hand zu sorgen. So kenne ich eine Familie, bei der diese Flechte als angeborenes Übel auffallend frühzeitige Glatzenbildung in drei Generationen veranlaßt hatte und erst bei der dritten, einem 3jährigen Mädchen und ihrem 14jährigen Bruder, wurde durch frühzeitige Behandlung die schon begonnene Glatzenbildung glücklich verhindert. Die Haut selbst erscheint nach Entfernung dieses oft über den ganzen behaarten Kopf oder doch einen sehr großen Teil desselben sich erstreckenden Schuppenpanzers mehr oder weniger gerötet, geschwollen und etwas uneben an ihrer Oberfläche. Manchmal, namentlich bei jahrelangem Bestande des Leidens, bedarf es aber sehr aufmerk-

samer und eingehender Untersuchung, um feststellen zu können, daß die von den Schuppen befreite Haut wirklich eine nicht normale Beschaffenheit zeigt, z. B. eine geringe Unebenheit, eine gewisse Glanzlosigkeit statt der der gesunden Haut zukommenden tadellosen glänzenden Glätte. Die Beachtung dieser Unterschiede hat natürlich ausschlaggebende Bedeutung, wenn es sich darum handelt, die Krankheit richtig zu erkennen und wirksam zu behandeln. Auch bei völlig glattem und weißem Aussehen der Kopfhaut habe ich es mehrfach unter diesen Umständen zu einem völligen Haarschwund kommen sehen, und mir sind junge Mädchen mit einem völlig haarlosen Kopfe vorgekommen. Andererseits giebt es aber auch keine Art des Haarschwundes, welche bei geeigneter Behandlung so bald und so gründlich der völligen Heilung und Wiederherstellung des Haarwuchses fähig wäre, wie gerade dieses.

Trotz aller dieser vielfachen Kennzeichen wird nun aber das mit so manchen lästigen und unangenehmen Begleiterscheinungen und zuweilen sogar mit einer fatalen Entstellung einhergehende Leiden sehr häufig verkannt sehr zum Nachteil der Kranken, welche mit ziemlicher Sicherheit von ihrem Übel befreit würden, wenn sie von der Natur wie von der Heilbarkeit desselben unterrichtet wären. Die Heilung selbst muß jedoch Sache des Arztes bleiben, weil es nach dem jeweiligen Zustande sehr verschiedener Maßregeln und Eingriffe bedarf, um die Heilung zu erreichen. Nur einer Salbe, des Salicylvaselins (Nr. 44), sei hier erwähnt, welche in vielen gutartigen Fällen öfter die Heilung herbeiführt. Aber zu warnen ist auch hier wieder vor allen reizenden Waschwässern und Pomaden, von denen schon bei anderer Gelegenheit die Rede war; sie verschlimmern nur den Zustand und vermehren dadurch die Schuppen; in ähnlicher Weise wirkt auch der ranzig und sauer gewordene Hauttalg und Schweiß, und das mag Ursache der Erscheinung sein, daß die Affektion bei sehr vielen Menschen im Sommer so regelmäßig eine Verschlimmerung erfährt. In

solchen Fällen wird eine sorgfältige Reinlichhaltung des Kopfes durch vorsichtige laue Waschungen und tägliche Einreibung mit Salicylvaseline vielen eine wesentliche Erleichterung bringen.

Wo von der Schmerflechte die Rede ist, darf eines Übels nicht vergessen werden, an dem so viele leiden, und zwar meist ohne bei dem Arzt die rechte Hilfe für dasselbe zu finden, weil nur wenigen die eigentliche Natur desselben und der Zusammenhang mit dem in Rede stehenden Leiden bekannt ist: des „Wolfs“, wie man das Übel nennt wegen seines fressenden Schmerzes, oder des „Wundseins“, oder „Wundgehens“. Manche Menschen leiden, sobald sie im Sommer bei großer Wärme eine etwas größere Fußtour machen, am obern Teil der Innenseite der Oberschenkel, soweit die Haut derselben sich beim Gehen aneinander reibt, an einem schneidenden Schmerz. Derselbe wiederholt sich bei jedem Schritt und kann schließlich das Gehen nahezu unmöglich machen. Die Haut ist an den Stellen gegen Berührung äußerst empfindlich, dabei rot und zuweilen sogar wund und nässend. Diese selben Erscheinungen des Wundseins können überall da, namentlich bei wohlbeleibten Personen vorkommen wo eine Hautfalte ist, so daß sich zwei Hautflächen berühren wie z. B. in der Achselhöhle, an der Brust, am Halse u. s. w. Merkwürdig dabei ist nur das, daß die daran Leidenden sich nicht bei jedem Marsch in der Hitze wundgehen, sondern nur manchmal, und daß auf der andern Seite das Wundsein sich schon bei ganz kleinen Ausgängen einstellt, wo von einer eigentlichen Erhitzung und Anstrengung noch gar nicht die Rede sein kann. Das Wundsein ist eben ein krankhafter Zustand der Haut, der sich auch auf geringfügige Veranlassung hin geltend macht. — Die einfachste Abhilfe, auf die Viele ganz unwillkürlich von selbst verfallen, ist das Einlegen eines kleinen Bausches Wund- oder Salicylwatte in die Hautfalte um das Aneinanderreiben der roten, stark schwitzenden Hautflächen an einander zu verhüten; indes das reicht nur in den leichtesten Fällen aus. Sehr empfehlenswert

ist dagegen der Gebrauch der Ichthyolseife. Dieselbe wird jedoch weniger als Reinigungsmittel verwendet, sondern vielmehr als Heilmittel. Man benetzt die Seife mit warmem Wasser und reibt dann die am Wundsein leidenden Teile damit ein, so viel, daß sich eine dünne Lage Schaum bildet, wenn man nun mit einem angefeuchteten Finger die Stelle reibt. Dies Reiben setzt man fort bis die Seife eingetrocknet ist und läßt sie nun die Nacht über bis zum andern Morgen sitzen, um sie dann durch Waschen zu entfernen und durch den tagsüber zu tragenden Wattebausch zu ersetzen. Der geeignetste Zeitpunkt für diese Behandlungsweise ist nun aber nicht dann, wenn die Haut rot und wund ist, sondern in den gesunden Zwischenzeiten; sie soll nämlich die Haut „stärken" und widerstandsfähiger machen, so daß sie eben nicht wund wird. Damit ist zugleich gesagt, daß alle dauernden Hautleiden, wie sie an den genannten Stellen vorkommen, der ärztlichen Behandlung dringend bedürftig sind.

Es wäre nun aber nicht richtig, wenn man jede Erkrankung der Kopfhaut von den oben beschriebenen Eigenschaften und Kennzeichen für Schmerflechte halten wollte. Die Schmerflechte ist vielmehr nur diejenige Flechte, die am allerhäufigsten zu diesem Krankheitsbilde führt; außerdem giebt es noch andere Formen von „nässender Flechte" und „schuppender Flechte", welche fast ebenso verlaufen. Ihre Unterscheidung von einander und demgemäß ihre Heilung muß Sache des Arztes bezw. des Spezialisten bleiben, dem allein aus vielfältiger Anschauung und Übung die nötigen Kenntnisse auf diesem Gebiet eigen sind und der die beste Gewähr für völlige Heilung bietet. Über den „Salzfluß", eine andere Form der „nässenden Flechte" am Bein wolle man den Anhang S. 322 nachlesen.

c. Der Weichselzopf.

Mit dem Namen Weichselzopf verbinden sich unwillkürlich dunkle, unheimliche Vorstellungen von etwas Grauenhaftem.

Seit alter Zeit hielt man den Weichselzopf einerseits für eine Krankheit und andererseits zugleich für einen Talisman gegen andere Krankheiten. Man durfte ihn nicht beseitigen, wenn man nicht ein Heer von Krankheiten auf sich herabbeschören wollte. Alle „bösen Säfte“ und aller „Krankheitsstoff“, diese ungreifbaren Mächte, gingen in den Weichselzopf. Den Namen verdankte die Sache dem häufigen Vorkommen in Polen (plica polonica); im Posenschen allein gab es 1842 noch 5000 Weichselzöpfe.

Man hatte die Beobachtung gemacht, daß die Krankheit besonders leicht entstand bei Leuten, die wegen schwerer Krankheit lange im Bett gelegen hatten. Sie begann mit einer durch Kamm und Bürste nicht aufzulösenden Verfilzung, wie man das auch bei uns häufig genug beobachten kann bei länger darniederliegenden weiblichen Patienten, denen die Verwirrung und Verfilzung der Haare dann große Not zu machen pflegt. Aber nur in den seltensten Fällen kommt es bei uns zu Lande zu wirklicher Unentwirrbarkeit und zu gänzlicher Verschmutzung. Anders ist das in jenen Gegenden mit slavischer Bevölkerung, in denen die Reinlichkeit ohnehin meist recht viel zu wünschen übrig läßt. Der aus gesunden Tagen reichlich im Haar vorhandene Hammeltalg samt dem dadurch zusammengekleisterten Schmutz, die gänzliche Unterlassung des Kämmens bei fortwährendem Liegen auf dem Haar verwandeln dasselbe bald in eine unentwirrbare filzige Masse. Das gewöhnlich sehr bald sich einfindende Ungeziefer reizt die Kopfhaut, so daß es zu Kopfausschlag, „nässenden Grind“ (Eczem) kommt. Ist es erst so weit, so ist der Weichselzopf fertig. Die Krusten, welche unter den verfilzten Haaren den Kopf wie eine Haube bedecken, bilden mit dem darin festgetrockneten Haare eine festzusammenhängende Masse, welche in demselben Maß als das Haar wächst, sich zwar vom Kopf entfernt, aber an seiner unteren Seite auch stets neuen Anwuchs erhält. So kann das gesamte Hauptthaar zu einem

„Zopf“ zusammenwachsen und eine ansehnliche Länge erreichen.

Weil, wie gesagt, besonders häufig nach langem Krankenlager ein solcher Weichselzopf zu entstehen pflegte, so bemächtigte sich bald der Aberglaube des Gegenstandes und sah die Entstehung eines Weichselzopfes als etwas Günstiges an, als den augenfälligen Beweis dafür, daß der böse, giftige Krankheitsstoff den Körper verließ in Form der schwarzen, schmierigen, stinkenden Masse; ja man suchte sogar, wenn die Bildung des Weichselzopfes unerwünscht lange auf sich warten ließ, künstlich einen solchen herzustellen durch Verkleisterung der Haare mit Honig, Talg und Pech und Unterlassung des Kämmens, d. h. durch künstliche Herstellung jenes grauenhaftesten Schmutzes und der ekelhaftesten Unreinlichkeit, die leider ohnehin schon so häufige Veranlassung zur Entstehung wurde. Und das geschah nicht nur von Laien, sondern noch zu Anfang dieses Jahrhunderts auch von Ärzten; beide fürchteten in gleich hohem Grade ein „Zurücktreten“ oder eine „Erkältung“ des Weichselzopfes und hielten demgemäß alle Maßregeln zur Heilung für einen Frevel, die unfehlbar Krankheiten aller Art nach sich ziehen mußten. Aber die Heilung trat zuweilen dennoch ein durch das sogenannte „Abwachsen“, ohne daß jene gefürchteten Krankheiten sich zeigten. Wenn nämlich das Kopfeczem aufhörte und damit der haarverklebende kompakte Nachschub, so entfernte sich der Weichselzopf mit dem wachsenden Haar allmählich immer mehr vom Kopf und fiel nach Monaten oder auch Jahren eines Tages ab.

Von den oben erwähnten beiden Vorstellungen über den Weichselzopf ist zur Zeit nur noch die übrig geblieben, daß derselbe ein einfacher krankhafter Zustand sei, welcher, entstanden durch eine bodenlose Verschmutzung oder Verwahrlosung des Haares und in seiner Ausbildung noch begünstigt durch ein bestehendes Kopfeczem, wie jede andere Krankheit nicht nur geheilt werden dürfe, sondern auch geheilt werden

müsse, und zwar ohne Rücksicht darauf, ob es sich um einen Weichselzopf des Kopfes, des Bartes, der Achselhöhle oder anderer Gegenden des Körpers handle.

Diese Vorstellung ist der Bevölkerung jener Gegenden in demselben Grade heilsam gewesen, wie sie verderblich geworden ist für die Weichselzöpfe, unter denen sie ohne Erbarmen aufräumte. Man braucht es gar noch nicht zu machen wie die preußische Polizei, welche seiner Zeit den Vorurteilen des Volkes jener Landesteile zum Trotz den Weichselzopf mit Schere und Kamm ausrottete, sondern kann dasselbe mit milderen Mitteln erreichen. Häufige Einreibungen mit reichlichen Mengen Öl dienen zur Erweichung und Vorbereitung für die wiederholt vorzunehmenden Seifenwaschungen, wodurch aller Schmutz und alle Krusten, aber auch sehr viele vom Kopf losgelöste und nur noch durch die Schmutzkrusten an demselben festgehaltene Haare mit entfernt werden. Dieser Haarausfall ist somit nur ein scheinbarer; aber dennoch macht sich meistens eine auffallende Haararmut bemerkbar, teils herbeigeführt durch wirkliche Krankheitszustände der Kopfhaut, teils als Folgen mechanisch wirkender Einflüsse, indem die Haare einfach ausgerissen wurden. Die Patienten fühlen sich nach der Befreiung von ihrer gewohnten unsauberen Bürde ungemein erleichtert und frei auf dem Kopf. — Die nach der freiwilligen oder unfreiwilligen Entfernung des Weichselzopfes und nach der darauf folgenden Generalreinigung, sowie der mit der nötigen Schonung und Geduld vorgenommenen Entwirrung und Ordnung der Haare sich herausstellenden Hautleiden, also meistens die nässende Flechte können oder vielmehr müssen alsbald zur Heilung gebracht werden, einerlei ob sie die Ursache des Weichselzopfes waren oder eine Folge desselben.

d. Die scherende Flechte (Herpes).

Die scherende Flechte, eine auf Ansiedlung von Pilzen zurückzuführende Hautkrankheit, kommt an behaarten wie un-

behaarten Körperstellen vor, zeigt aber, je nach ihrem Auftreten an der einen oder andern Stelle in ihrem Äußern einen außerordentlich verschiedenen Charakter. An behaarten Körperstellen, also zumeist im Kopf- oder Barthaar, beginnt die Krankheit mit einem kleinen von einer Schuppe bedeckten Knötchen, das sich schnell nach allen Seiten hin vergrößert und die Gestalt einer kreisförmigen, leicht juckenden Scheibe annimmt. Diese Scheibe gedeiht bis zu verschiedener Größe, zu der eines Zehnpfennigstücks und darüber, ist dabei leicht erhaben und gerötet und von dünnen, gelblichen, gummiartigen Schuppen bedeckt. Wächst die Scheibe an Größe, etwa bis zu der eines Thalers und darüber, so ändert sich das Aussehen etwas. Das zuletzt Erkrankte, also rund herum der Rand, zeigt die lebhaftesten Krankheitserscheinungen, die höchste Schwellung, die stärkste Rötung, und ist mit dichtgedrängten Bläschen besetzt. Die Erscheinungen nehmen nach der Mitte zu allmählich ab, und diese Mitte erscheint schon wieder weiß und gesund, während sich die Scheibe am Rande noch immer mehr vergrößert. In demselben Maße, als der mit den lebhaftesten Krankheitserscheinungen ausgestattete Rand sich vom Zentrum entfernt, wächst auch der gesunde Fleck in der Mitte.

Es können gleichzeitig mehrere solche Scheiben und später ringförmige, in der Mitte abheilende Kreise bestehen. Beim Weiterwachsen vereinigen sie sich dann gewöhnlich und geben in diesem Zustande von Kreislinien begrenzte Figuren ab, denen man die Entstehung aus verschiedenen Kreisen noch lange Zeit ansieht.

Die Haare der in dieser Weise erkrankten runden Scheiben werden schon bald nach dem Beginn der Erkrankung trocken und glanzlos und so brüchig, daß sie kurz über der Hautoberfläche in verschiedener Höhe abbrechen. Die mit Haarstümpfen verschiedener Größe bedeckte Fläche sieht aus wie ein Stoppelfeld, und gewährt ein Bild, als hätte man die Haare auf der ergriffenen Fläche in sehr liederlicher Weise mit der

Schere abgeschnitten wie eine schlecht gemachte Tonsur, eine Eigentümlichkeit, welche der Affektion den Namen gab: Herpes tonsurans. Dabei sitzen die Haare so lose in den Haarbälgen, daß man sie leicht mit samt ihrer Wurzel herausziehen kann, falls sie nicht wegen ihrer Mürbigkeit dabei abbrechen. Mit der Zeit fallen sie denn auch im Bereich der Flecke ganz aus. Mit der in kürzerer oder längerer Zeit (in 1—2 Jahren) eintretenden Genesung, wenn die Röte und Schwellung der Haut, sowie die Abschuppung weniger werden, pflegt sich der Haarwuchs wieder einzustellen, wenn nicht eine außergewöhnlich hochgradige Entzündung der Haut unter Zerstörung der Haarbälge Haarlosigkeit herbeiführt.

Diese Pilzkrankheit der Haut und des Haares kommt nicht bloß bei den Menschen, sondern bei fast allen Haustieren vor, und die gewöhnlichste Art ihrer Verbreitung ist die direkte Übertragung von einem daran erkrankten Menschen oder Tier auf andere. Die feuchte Jahreszeit (also Herbst und Frühling) scheint der Verbreitung besonders günstig zu sein, sowie alle Verhältnisse, welche der Schimmelbildung förderlich sind. So entsteht die scherende Flechte öfter nach der Anwendung warmer Brei- oder Wasserumschläge, bei Kaltwasserkuren und dergleichen. Auch feuchte Wohnungen können die Entstehung der scherenden Flechte begünstigen und man sieht zuweilen mehrere Bewohner eines Hauses (Schule, Kaserne) gleichzeitig an derselben leiden.

Die erkrankten Stellen heilen von der Mitte aus, wo dann auch der Haarwuchs sich wieder einstellt, zuerst kurzlebig und fein, allmählich stärker werdend. Am Rande schreitet der jetzt zum Kreis gewordene Fleck weiter und fließt dort zusammen mit jüngeren Flecken, die häufig in der Nähe des älteren einfach oder mehrfach auftreten. So kann diese Flechte, wenn man sie sich selbst überläßt, nach und nach den ganzen Kopf einnehmen, langsam immer weiter wandernd, und sogar die Stellen, welche zuerst oder früher ergriffen waren, sind nicht sicher, nach der Abheilung ein zweites oder drittes Mal

von der Krankheit erfaßt zu werden. In solchen, nur ausnahmsweise vorkommenden, Fällen schleppt sich die Sache zwei bis drei Jahre hin, bis sie zur allmählichen Verheilung kommt; aber auch ohne das kann sie bei dem langwierigen Verlauf leicht über ein Jahr dauern. — Unter sachkundiger Behandlung läßt sich dies entstellende Übel in verhältnismäßig kurzer Zeit der Heilung zuführen.

e. Erbgrind (Favus).

Eine seit jeher für ansteckend geltende Krankheit ist der Erbgrind, der nicht bloß bei den Menschen, sondern auch bei verschiedenen Haustieren vorkommt. Der Erbgrind ist hauptsächlich eine Krankheit der in feuchten, schlecht ventilierten Wohnungen hausenden und überhaupt in ungünstigen Lebensverhältnissen befindlichen Bevölkerung. Die Übertragung ist zum Glück eine weit schwierigere, als die der scherenden Flechte, und bei uns nicht so häufig wie bei den Völkern weiter nach Osten und im Orient, die vielfach mit dem lieben Vieh die Wohnung teilen und auch in Sachen der Reinlichkeit kaum höhere Ansprüche machen als ihre Mitbewohner.

Die Krankheit, die sich auf beliebigen Körperstellen ansiedeln kann, gedeiht namentlich auf behaarten Körperteilen, vor allem dem Kopf, zu voller charakteristischer Entwickelung. Kurze Zeit nach der Infektion, d. h. nach der Einwanderung des Pilzes in die Mündung eines Haarbalges, entsteht rings um das Haar her ein schwefelgelbes Pünktchen, welches in einiger Zeit bis zur Linsengröße heranwächst. Zu dieser Zeit erscheint es als eine von einem Haar durchbohrte, von der Oberhaut bedeckte Scheibe.

Man kann dieselbe mit einem spitzen Federmesser herausheben und längs des sie durchbohrenden Haares abziehen und hat dann eine kleine, linsengroße, schwefelgelbe, trockene, leicht zu zerbröckelnde Scheibe vor sich, welche die Gestalt eines

runden, leicht vertieften Napfes zeigt. Die Stelle, von der man das Näpfchen fortgenommen, zeigt zunächst eine kleine, demselben entsprechende, leicht gerötete und feuchte Vertiefung infolge des Drucks der Scheibe, die sich aber nach kurzer Zeit wieder völlig ausgleicht.

Bald entstehen in der Nachbarschaft eben solche Scheiben und bei weiterem Wachstum kommt es dann nicht bloß zur Verdickung derselben, sondern zu einer Verschmelzung mit den Nachbarscheiben, wobei dann die Oberhaut platzt. Damit geht denn eine vollkommene Veränderung des Krankheitsbildes vor sich; anstatt der schwefelgelben, napfförmigen Krusten sieht man strohgelbe oder schmutzigweiße Borken von verschiedener Gestalt und Größe, ziemlich trockener, höckeriger und bröckeliger Beschaffenheit und einem eigentümlichen schimmeligen Geruch.

In der ersten Zeit merkt man dem Haar weiter nichts an, da Aussehen, Glanz und Farbe zunächst nicht verändert werden. Später aber sehen die Haare wie bestäubt aus, glanzlos, werden brüchig und lassen sich leicht herausziehen.

Die Krankheit verbreitet sich im Lauf von Jahren stets über einen großen Teil des Kopfes; sie kann, sich selbst überlassen, 20—30 Jahre dauern, denn sie kommt in diesem Falle erst nach Zerstörung a l l e r Haarbälge zur Heilung und endet dann stets mit dauernder Kahlheit. Die Haut hat dann ein vollkommen weißes, glänzendes Aussehen bekommen, genau wie eine Narbe, von der sie sich auch in der That durch nichts unterscheidet. — Diesem Ausgang und dieser langen Dauer gegenüber ist es ein Trost, zu wissen, daß die Krankheit zu den heilbaren gehört. Bei der Behandlung handelt es sich darum, den Pilzelementen in den Haarbälgen beizukommen und ihnen das Leben sauer zu machen, da die Haarbälge ihre eigentliche Operationsbasis abgeben. Nachdem die Krusten durch reichliche Öleinreibungen und Seifenwaschungen entfernt sind, beginnt man vorsichtig das Ausziehen der Haare. Früher wurde das in etwas summarischer Weise besorgt durch die

bekannte Pechkappe, jetzt macht man's etwas weniger schnell und grausam. Außerdem kommen Teer- und Schwefelpasten und andere äußerliche vom Arzt zu verordnende und in ihrer Anwendung zu beaufsichtigende Mittel zur Anwendung, und es gehört zu einer erfolgreichen Kur eine ehrliche Geduld von Seiten des Patienten wie des Arztes.

f. Die kreisfleckige Kahlheit.

Außer der scherenden Flechte giebt es noch eine Art von Haarausfall, welche fast unter demselben Bilde wie sie verläuft, die kreisfleckige Kahlheit. Die Sache beginnt an irgend einer, oft auch zu gleicher Zeit oder kurz hintereinander an mehreren Stellen der behaarten Kopfhaut (resp. im Bart) damit, daß innerhalb eines kleinen runden Fleckes ganz unversehens die Haare nacheinander ausfallen. Der Patient hat gar keine Empfindungen dabei und bemerkt den Fleck ganz zufällig. Untersucht er nach Überwindung des ersten Schrecks genauer, so bemerkt er nichts weiter als einen kreisrunden kahlen Fleck, an dessen Rande die Haare sehr lose sitzen und die deutliche Absicht verraten, demnächst gleichfalls auszufallen und dadurch zur Vergrößerung des Fleckes mitzuwirken. Die Stelle selbst sieht völlig weiß und glatt aus, ohne eine Spur von Jucken oder Schuppen und nur ausnahmsweise ein wenig gerötet und eingesunken.

Die Vergrößerung der kahlen Scheibe geht ziemlich rasch vor sich; sind mehrere solche Scheiben vorhanden, so fließen sie bald zusammen und nehmen dann einen sehr großen Teil des behaarten Kopfes ein. Nach Verlauf von drei bis sechs Monaten kommt die Krankheit in der großen Überzahl der Fälle zum Stehen, wenn auch nicht überall gleichzeitig, indem sich zuerst ein Festersitzen der Grenzhaare bemerklich macht. Nach und nach sprießen wieder feine Wollhärchen auf den kahlen Stellen hervor, denen mit der Zeit stärker und dunkler

gefärbte folgen. So bedecken sich die kahlen Stellen im Lauf von ein bis zwei Jahren mit neuem gesunden Haarwuchs, der jedoch später aufs neue wieder ergriffen werden kann, wenn der krankhafte Vorgang an irgend einem Punkt seine Neigung zum Fortschreiten beibehielt und nun aufs neue an eine kahl gewesene Stelle gelangt. Auf diese Weise kann das Übel Jahre lang dauern.

In einer kleinen Anzahl von Fällen begrenzt sich aber die Erkrankung nicht, sondern schreitet unaufhaltsam weiter, zunächst aufs Gesicht, wo sie nicht nur die Barthaare, sondern auch die Augenlider und -Wimpern zum Ausfallen bringt, später auf den gesamten Körper, an dem sie dann kein Härchen verschont, auch nicht die feinen Wollhärchen, welche die Arme, Handrücken, den Rumpf u. s. w. bedecken. Dies Ausfallen der sämtlichen Haare bedingt eine außerordentliche Entstellung. Der Verlust des Bartes für Männer ließe sich noch verschmerzen, aber wie entstellend der Mangel an Augenwimpern und Augenbrauen wirkt, darüber wird man sich erst klar, wenn man das gesehen hat. Ich kannte einen solchen unglücklichen Postbeamten, der innerhalb reichlich eines halben Jahres vollständig aller Haare beraubt wurde. Seine Haut war vollständig nackt und aalglatt. Das Übel hatte im Bart begonnen und in reißendstem Fortschreiten nach oben den Kopf und nach unten den Körper ergriffen. Der arme Mensch, der früher mit einem ungewöhnlich starken Haarwuchs ausgestattet war, klagte über ein beständiges Frösteln trotz warmer Kleidung und eines gut geheizten Zimmers. Eine Versetzung entzog ihn dann weiterer Beobachtung.

Hinsichtlich der dem Übel zu Grunde liegenden Ursachen ist die medizinische Wissenschaft zur Zeit noch im Dunkel, namentlich darüber, ob man einen Pilz dafür verantwortlich zu machen hat oder nicht. Es ist das umsomehr zu bedauern, als die Kenntnis der Grundursache des entstellendes Übels stets den besten Fingerzeig giebt zu einer erfolgreichen

Bekämpfung desselben. Zur Zeit befindet sich der Arzt der Krankheit gegenüber in einer wenig angenehmen Lage, denn das Beste, was er thun kann, ist dem Leidenden, der auf jeden Fall und möglichst schnell seiner Kahlheit ledig sein will, lange nicht genug. Zum Glück gehört bleibende Kahlheit infolge dieser Affektion doch zu den Seltenheiten. Manchmal erleidet der Haarwuchs in seiner Beschaffenheit ganz auffallende Veränderungen. Die Farbe wird heller, krauses Haar gewellt oder schlicht und wiederum schlichtes mehr oder weniger kraus. Mit der Zeit kommen aber auch diese Änderungen wieder zum Ausgleich. Was das Vorkommen anlangt, so befällt dies Leiden jedes Alter und Geschlecht, kein Klima und kein Land bietet sichern Schutz davor — ein Glück, daß es, von der Entstellung abgesehen, zu den ungefährlichen und seltenen Krankheiten gehört.

---

23. Das Ergrauen des Kopfhaares.

(Das frühzeitige Ergrauen und das Altersergrauen.)

Schon bei der Besprechung des Albinismus und der Weißsucht wurde des Umstandes erwähnt, daß die Haare schon von der Geburt an farblos oder auch weiß sein können. Häufiger noch kommt es vor, daß ein mehr oder weniger starkes Büschel Haare von Geburt an eine weiße Farbe hat. Man findet das vorzugsweise bei solchen Menschen, welche bei ganz weißer Hautfarbe sehr hellblondes oder rotes Haar haben. Kürzlich hatte ich Gelegenheit, ein junges Mädchen von 18 Jahren zu sehen, welches bei sehr zartem Teint, sehr vielen Sommersprossen im Gesicht und schönem rötlichem Haar über den ganzen Kopf verstreut zahlreiche einzeln stehende weiße und graue Haare hatte, so daß das Haar leicht „meliert“ erschien; die Kopfhaut war soweit vollkommen gesund und das Haar „schon immer“, so weit das Mädchen zurückdenken konnte, so gewesen.

Ebenso kenne ich einen Lehrer im Hannöverschen, welcher am Kopf links neben dem Scheitel eine 5=Mk. große Insel weißer Haare, am Hinterkopf zahlreiche eingesprengte und am rechten Unterschenkel einen unregelmäßig gestalteten, etwa handtellergroßen Fleck vollständig weißer Haare ohne ein schwarzes dazwischen hat. Außerdem fallen ihm öfter die beiden Nägel der Großzehen freiwillig und gleichzeitig ab.

Das gewöhnliche Ergrauen der Haare gehört zu den vielfachen Erscheinungen des Greisenalters; es kann überhaupt das erste Zeichen des herannahenden Alters sein oder neben vielen andern Alterserscheinungen auftreten oder auch ausnahmsweise ganz ausbleiben. So kannte ich einen rüstigen alten Bauern von 96 Jahren, der noch sein vollkommen dunkles Haar (auch an Brauen und Wimpern) besaß, wenn auch vereinzelte weiße Haare aufzufinden waren. Viel häufiger als dieser verspätete Eintritt des Weißwerdens kommt das frühzeitige Ergrauen vor. Lange bevor irgend ein anderes Anzeichen des herannahenden Alters sich einstellt, beginnen die Haare zu ergrauen und es bleibt eine bemerkenswerte Thatsache, daß dies vorzeitige Ergrauen mit Vorliebe schwarz= oder wenigstens dunkelhaarige Menschen betrifft. Wahrscheinlich beruht das auf einem ähnlichen krankhaften, in den farbstoffbildenden Papillen der Lederhaut vor sich gehenden Prozeß wie bei der Vitiligo. Wenn nun auch bei der Erbleichung, besonders des dunklen Haares die Vorgänge in der die Haarfarbe bereitenden Haarpapille nicht genau dieselben sind, so sind sie doch jedenfalls sehr nahe damit verwandt und geben jedenfalls einen vergleichenden Anhalt für das Verständnis des Vorganges. Wie das dunkle Haar zu den Erb= und Eigentümlichkeiten vieler Familien gehört, so kennt man auch das frühzeitige Ergrauen als eine erbliche Eigenschaft mancher Familien, vielfach gerade dieser dunkelhaarigen. Dies erbliche frühzeitige Ergrauen stellt sich oft schon sehr früh ein, zuweilen schon in den zwanziger Jahren.

Beim gewöhnlichen Altersergauen pflegen die ersten grauen Haare meist an den Schläfen aufzutreten, oder im Bart nahe dem Ohr, von wo aus der Prozeß nach dem Scheitel hin mehr oder minder schnell allmählich vorwärts schreitet; und zwar meist in der Weise, daß zuerst nur einzelne Haare erbleichen mitten zwischen vielen gesunden. Die Zahl der weißen Haare vermehrt sich aber im Verlauf weniger Jahre so sehr, daß dadurch der Farbencharakter des Kopfhaares ein gänzlich veränderter wird.

Der Vorgang des Ergrauens ist ein sehr einfacher. In Zeiten, welche nicht gar zu weit hinter uns liegen, glaubte man, der Farbstoff des Haares ginge zu grunde, etwa wie die prächtigen aber unechten Anilinfarben in den Zeugstoffen unter der Einwirkung des Lichtes der Zerstörung anheimfallen („verschießen"), daß also das fertig gebildete Haar als ganzes erbleiche. Man ging dabei von der irrigen Ansicht aus, das Haar für ein unveränderliches Gebilde zu halten, welches in der Haut ebenso stecke, wie ein eingegrabener Pfahl im Erdreich. Das ist nicht der Fall. Vielmehr wächst der Regel nach das Haar weiß von der Wurzel auf. Um das zu verstehen, muß man wissen, wie überhaupt die Färbung des Haares zustande kommt. Den Urboden für die Entstehung des Haarfarbstoffes giebt die Haarpapille ab. Genau wie die kleinen Hautpapillen der Lederhaut die einzelnen Zellen der untersten Epidermisschicht mit Farbstoff versehen, so versorgt auch die Haarpapille die einzelnen Zellen der Haarwurzel gleich bei ihrer Entstehung mit dem nötigen Farbstoff, und die gleichmäßige Färbung des Haares beruht auf der stetigen Farbstofferzeugung von seiten der Haarpapille. Hört diese eines Tages auf, so bekommen von da an die neugebildeten jungen Haarzellen keine Farbe mehr mit und so wird zunächst das Wurzelende des Haares ohne Farbe, also weiß erscheinen Mit dem fortschreitenden Wachstum vergrößert sich das weiße Wurzelstück und zu einem gewissen Zeitpunkt wird die untere

Hälfte des Haares eine weiße Farbe zeigen, während die obere Hälfte noch ihre alte Färbung behielt. Es möge gestattet sein, von einem hierher gehörigen, eine 27jährige junge Dame betreffenden Fall zu berichten. Bei einem schweren Typhus fiel derselben das Haar zum größten Teile aus, begann aber dann wieder zu wachsen. Etwa ein Jahr nachher machte sich dann die auffallende Farbenveränderung des Haarwuchses sehr bemerkbar. Die größten Haare waren jetzt etwa 26 cm lang; davon zeigten die meisten eine 14 cm lange Spitze von der alten Haarfarbe, während das Wurzelende in einer bei allen Haaren fast gleichen Länge von 11—12 cm völlig weiß war. Die zahlreichen, offenbar jungen nachgewachsenen Haare, die eine Länge von 12 cm noch nicht erreicht hatten, waren ebenfalls sämtlich vollkommen weiß. Dieses Verhalten des Haares lieferte den klaren Beweis, daß unter dem Einfluß einer schweren Krankheit des Gesamtorganismus plötzlich und gleichzeitig in der großen Mehrzahl der Haarpapillen die Farbstoffbildung erloschen war.

Die Hauptrolle aber beim Ergrauen des Kopfhaares spielt wohl ein anderer, als die Regel zu betrachtender Vorgang. Täglich hat eine gewisse Anzahl von Haaren ihr Lebensziel erreicht und fällt aus, um dem jungen nach einiger Zeit in demselben Haarbalg sich bildenden Haare Platz zu machen. Von diesen jungen Haaren sprießt nun eine mehr oder minder große Zahl gleich von vorn herein weiß hervor, und von der Zahl dieser weißen Haare unter dem jungen Nachwuchs wird es hauptsächlich abhängig sein, mit welcher Schnelligkeit das Gesamthaar ergraut. Diese weißen jungen Haare sitzen natürlich viel fester in der Haut, als die farbigen alten, welche ja als die ältesten naturgemäß allmählich dem Schicksal des Aussterbens anheimfallen und demgemäß loser sitzen. Dadurch wird es leicht verständlich, warum unter dem ausgekämmten Haare so außerordentlich viel mehr dunkle, als weiße sind und sein müssen. Diese Beobachtung pflegt aber

denen, welche sie an sich selbst zu machen beginnen, ebenso unbegreiflich, wie besorgniserregend zu sein; denn, fragen sie sich, wohin soll es führen, wenn man die schwarzen Haare in Massen auskämmt, während die weißen hartnäckig sitzen bleiben? In ihrer Unkenntnis des Sachverhaltes pflegen sie dann für das Ergrauen des Haares den Umstand verantwortlich zu machen, daß „die grauen und weißen Haare viel fester sitzen als die dunklen“. Natürlich!

Eine Ausnahmestellung nehmen die sogenannten Ringelhaare ein, die wie die Haare mancher Tiere oder die bekannten Stacheln der Stachelschweine abwechselnd farbige und weiße Stücke zeigen. Bei diesen entbehren nun aber, wie das überraschende Ergebnis der mikroskopischen Untersuchung sofort lehrt, die weißen Stellen des Haarschaftes keineswegs des Farbstoffes. Derselbe ist nur verdeckt durch eine Unzahl kleinster Luftbläschen. Es ist derselbe Vorgang, den man täglich am Bierschaum beobachtet, der auch nichts weiter ist als durch unzählige Luftbläschen weiß erscheinendes braunes Bier. Es handelt sich bei dieser Art des Weißwerdens offenbar um einen krankhaften Vorgang, ob in dem fertig gebildeten Haar oder in der Papille, steht dahin. Von dem Gesetze, daß eine Papille, welche ihre Farbstofferzeugung einmal aufgegeben hat, wohl nur in den seltensten Fällen dieselbe jemals wieder aufnimmt, giebt es aber doch einzelne wenn auch seltene Ausnahmen. Ich selbst besitze einige solche Haare, deren Spitzenende weiß ist, während das Wurzelende wieder normale Färbung zeigt. Die Haare stammen von solchen, namentlich dunkelhaarigen, mit irgend einer Hautkrankheit (Schmerflechte, nässende Flechte 2c. s. S. 258) behafteten Köpfen, bei denen im Bereich der erkrankten Hautstelle zeitweise eine größere Anzahl weißer Haare auftrat, als Ausdruck dafür, daß die Hautkrankheit auch die Papille ergriffen hatte. Derartige Fälle darf man aber doch nicht verwechseln mit denjenigen, wo das Weißwerden der Haare bei ganz gesunder Haut selbständig auftritt.

Ebenso kann man es als feststehende Thatsache betrachten, daß der in einem fertig gebildeten Haare einmal abgelagerte Farbstoff auf keine Weise wieder aus demselben verschwinden könne. An diesem letzten Satze hält man von wissenschaftlicher Seite so fest, daß man die Fälle von plötzlichem Ergrauen der Haare, die doch immer von neuem berichtet werden, am liebsten leugnete, da man das Verschwinden des im Haar einmal abgelagerten Farbstoffs einfach für unmöglich erklärt; und doch taucht seit alter Zeit immer wieder dieselbe Erzählung auf von dem plötzlichen, innerhalb weniger Stunden erfolgten Ergrauen eines Menschen nach überstandener heftiger Gemütserschütterung oder Todesgefahr. Allbekannt ist die Erzählung von dem Alpenjäger, der sich an einem Seile in einen Abgrund hinabließ, um der dort in einem Raubvogelnest befindlichen Jungen habhaft zu werden. Als er sich aber mit seiner Beute beladen wieder nach oben ziehen läßt, wird er vor der Erreichung seines Zieles von den wütend über ihn herfallenden Eltern überrascht. Zu seiner Verteidigung schlägt er mit seiner Waffe, einem langen dolchartigen Messer, nach allen Seiten um sich und trifft dabei unglücklicherweise das ihn tragende Seil. Ein Blick nach oben belehrt ihn über das Schreckliche seiner Lage — er hat das Seil getroffen und größtenteils durchhauen. Endlich gelangt er, von seinem Gefährten kräftig in die Höhe gezogen, nach oben und ist gerettet. Aber die doppelte Todesgefahr hat ihn äußerlich zum Greise gemacht, sein dunkles Haar ist plötzlich weiß geworden.

Ebenso wird berichtet von Eltern, die auf die völlig unerwartete Nachricht von dem Tode eines blühenden Kindes plötzlich ergrauten, von dem Ehemann, der an dem Krankenbett seines mit dem Tode ringenden Weibes, von dem Geschäftsmann, der bei dem durch unerwartete und unverschuldete Verluste herbeigeführten Zusammenbruch seines blühenden Geschäftes in kurzer Zeit völlig weißes Haar bekam (vergl. den Brief auf Seite 285). Es heißt dann: „Die Haare sind ihm

darüber weiß geworden." So hört man auch öfter von dem plötzlichen Ergrauen von Schiffbrüchigen. Von Königin Marie Antoinette erzählt man, daß ihr Haar erbleichte, nachdem ihr das Todesurteil verkündet war.

Aber wie gesagt, das plötzliche Verschwinden des Farbstoffes aus dem Haar ist für den Arzt geradezu unfaßlich und auch nur durch den schon erwähnten Lufteintritt in das Innere des Haares erklärlich. Von sehr vielen Ärzten wird das plötzliche Ergrauen denn auch kurzweg geleugnet und für eine Fabel erklärt. Es ist das jedenfalls das Bequemste, um über eine unerklärliche Thatsache hinwegzukommen, aber wenn man ehrlich ist, so muß man doch zugeben, daß es auch noch recht viele andere Dinge giebt, die wir nicht erklären oder begreifen können, die wir aber nichts destoweniger als Thatsache hinnehmen müssen und auch ruhig als solche hinzunehmen gewohnt sind. Ja, man kann sagen: wir wissen Vieles, wir begreifen aber nur ungemein Weniges. Wir wissen, daß Quecksilber schwerer ist als Blei, aber wir begreifen es nicht. Begreifen wir überhaupt was Schwere sei? oder was Licht sei? Wird nicht zur Erklärung des Sonnenlichts, dessen Vorhandensein niemand leugnet, obgleich es niemand begreift, schon jedem Schulkinde ein geradezu gewaltsames Verstandesexperiment zugemutet (Äthertheorie)? Dagegen das plötzliche Ergrauen, das unzählige Male von verschiedenen Menschen zu den verschiedensten Zeiten wirklich gesehen worden ist, das leugnet man, weil man keine passende Erklärung dafür bei der Hand hat. Oder man macht Erklärungen, mit deren Hilfe man dasselbe thatsächlich erst recht leugnet. Man sagt z. B., dem Betreffenden, dem das erschütternde Ereignis begegnete, ergraute das Haar gar nicht erst jetzt; er hatte schon längst graues Haar, aber in der durch den großen Kummer veranlaßten Gemütsverfassung vergaß er entweder sein Haar zu färben, was er bis dahin regelmäßig gethan hatte, oder er unterließ es absichtlich. Des lästigen Färbens überdrüssig, benutzte er in kluger

Berechnung das ihn treffende Ereignis, um das bisher geübte Verbergen des Zeichens frühzeitigen Alters aufgeben zu können. Die Leute mochten nun das Ergrauen des Haares als die Folge des ihnen bekannten traurigen Vorfalls ansehen, wenn sie wollten, und ihn um so mehr bemitleiden. Das heißt doch die Tiefunglücklichen noch obendrein verhöhnen.

Das plötzliche Ergrauen mag unbegreiflich genug sein, aber man wird es doch als Thatsache wohl gelten lassen und auch den Versuch machen müssen, eine Erklärung dafür zu finden. In dieser Richtung kommt aber dem Verständnis der allbekannte und unbestrittene Einfluß sehr schwerer und langdauernder Krankheiten auf das Haar sehr zu statten. Es ist ja etwas ganz Gewöhnliches, daß auch junge Leute nach dem Typhus ihr Haar verlieren. Man macht weiter nichts daraus, weil dasselbe mit der eintretenden Genesung in frischer Fülle und Farbe wieder zu kommen pflegt. Ich erinnere mich jedoch außer dem bereits oben angeführten Vorkommnisse eines Falles, wo eine junge Frau von zwanzig Jahren, deren Leben wochenlang, wie man sagt, an einem Faden hing, ihr langes, dunkles, schlichtes Haar verlor. Der Nachwuchs zeigte eine ganz ungemein helle, wenn auch immer noch blonde Farbe, war ungewöhnlich lockig und blieb lange Zeit außerordentlich kurz. So habe ich die Frau mehrere Jahre als hellblonden Krauskopf gekannt bis sie mir aus den Augen kam. — Ein anderer Fall betrifft eine bis dahin stets gesunde kräftige Dame in den fünfziger Jahren, die in eine sehr schwere Krankheit verfiel, in der sie wochenlang fast bewußtlos lag, so daß jede Hoffnung auf Genesung ausgeschlossen erschien. Allmählich besserte sich aber ihr Zustand und nach einem Jahre war die Patientin genesen. Das vor der Erkrankung eben nur grau melierte Haar war ausgegangen und fast weißes an seine Stelle getreten. Dieselbe Dame hatte vor vielen Jahren, wie ich bei dieser Gelegenheit erfuhr, gelegentlich einer durch einen etwas überspannten Bruder hervorgerufenen Familienszene in

einer Nacht ein großes Büschel weißer Haare bekommen und seither behalten; dasselbe hob sich auch jetzt noch durch seinen deutlich gelblichen Farbenton scharf von dem übrigen Haar ab. Dieses der ganzen Ausdehnung der Stirn entsprechende Büschel weißer Haare wird durch den Scheitel in zwei symmetrische Hälften geteilt. Am Scheitel ist es zwei Finger breit, nach den Seiten hin läuft es allmählich spitz zu.

Denselben Einfluß, wie schwere Krankheiten, haben bekanntlich auch länger dauernde, niederdrückende Eindrücke des Gemütslebens. Gram, Kummer, Sorge, schwere geistige Anstrengungen vermögen, wie die unbestrittene Erfahrung lehrt, in verhältnismäßig kurzer Zeit, in ein bis zwei Jahren und zuweilen noch weit rascher das Haar zu bleichen bei Leuten in den besten Jahren, die erblich zum Ergrauen nicht die geringste Anlage haben. Man darf vielleicht dies Erbleichen infolge langdauernder Gemütsaffekte als einen dem plötzlichen Ergrauen nach erschütternden Ereignissen verwandten Vorgang auffassen; denn man hat bei dem gleichen Endergebnis auch die gleichen gemütserschütternden Ursachen vor sich. Der Unterschied liegt nur darin, daß der nagende Kummer Monate gebraucht, um das zu bewirken, was der das Gemüt gleichsam zerschmetternde Schreck urplötzlich zu stande bringt. — Hierher gehören auch wohl jene Fälle von Ergrauen eines Haarbüschels im Bereich von erkrankten Nerven, von denen einige Ärzte (Seeligmüller, Eulenburg) berichten. Bei verschiedenen an Gesichtsschmerz leidenden Patienten zeigte sich ein Teil der einen Augenbraue und der dem Verbreitungsgebiet der Nerven entsprechende Teil des Kopfhaares völlig erbleicht. Ähnliche Fälle werden öfter berichtet.

Was nun sozusagen die Beglaubigung des plötzlichen Ergrauens anlangt, so kann man wegen der Unzulänglichkeit von Laienbeobachtungen zur Entscheidung dieser Frage nur die verhältnismäßig wenigen Vorkommnisse verwerten, welche von Ärzten beobachtet und untersucht sind. Zwei hervorragende

Ärzte (Mosler und Landois) berichteten vor Jahren von einem jungen Manne, bei dem infolge eines Tobsuchtanfalles die kurz vorher noch dunklen Haare ergrauten. Bei der mikroskopischen Untersuchung stellte sich heraus, daß der Haarfarbstoff nicht verschwunden, sondern in der bereits geschilderten Weise nur verdeckt war durch eine große Anzahl von Luftblasen in dem Markkanal des Haarschaftes. Demgemäß erschien das Haar auch bei durchfallendem Lichte dunkel und nur bei auffallendem Lichte weiß. — Von einem andern Arzt (Wilson) wird ein weiterer Fall von plötzlichem Ergrauen mitgeteilt, bei dem gleichfalls durch die mikroskopische Untersuchung die Erhaltung des Haarfarbstoffes und die Verdeckung desselben durch Luftbläschen als Ursache der hellen Färbung nachgewiesen werden konnte. — In neuerer Zeit sind von ärztlicher Seite wieder mehrere derartige Fälle von plötzlichem Ergrauen mitgeteilt worden. So von einem Soldaten, der aus der Schlacht von Königgrätz mit grauen Haaren herauskam, in die er mit schwarzem Haar hineingezogen war. — Das neueste Beispiel von plötzlichem Ergrauen teilt Dr. Weiß mit. In einem Artikel, welcher von den vielfachen bei dem Erdbeben von Ischia (1883) beobachteten Einwirkungen des Schrecks handelt, berichtet er auch, „daß unter dem Einfluß des Schreckens der Katastrophe von Casamicciola viele ergraut waren; ja sogar einige Knaben im Alter von 10 bis 14 Jahren zeigten viele graue Haare wenige Tage nach der Katastrophe". — Ferner erzählt ein rühmlich bekannter Arzt (Brown Séquard), wie er eines Morgens die Bemerkung machte, daß an symmetrischen Stellen seines ganz dunklen Bartes einige, tags zuvor noch nicht bemerkte, weiße Haare aufgetaucht waren. Er zog sie aus, doch waren schon anderen Tags wiederum mehrere neue weiße Haare da, deren Zahl sich nun schnell vermehrte. Die mikroskopische Untersuchung wurde in diesen letzten Fällen leider versäumt.

Diese wenigen wissenschaftlich hinreichend beglaubigten

Fälle, namentlich der Bericht über das vielfache Ergrauen bei dem Erdbeben, reichen ohne Frage hin, um das plötzliche Ergrauen aus dem Reich der Mythen und Fabeln in das der Thatsachen zu versetzen und es wird schließlich doch wenig nützen, dasselbe für unmöglich zu erklären. Vermutlich kommt aber das plötzliche Ergrauen weit häufiger vor, als man gewöhnlich annimmt, man achtet nur nicht genug darauf. Wenigstens liegen mir viele diesen Gegenstand betreffende Briefe vor, von denen einige wohl mitgeteilt zu werden verdienen:

„Magdeburg, den 22. Januar 1885.

„Es freut mich, Ihnen einen äußerst interessanten und, was da die Hauptsache ist, verbürgten Fall von plötzlicher Ergrauung der Haupthaare mitteilen zu können.

„Unser Kaserneninspektor, Namens G., erzählte mir folgendes:

„Als Feldwebel eines im Westen unseres Vaterlandes garnisonierenden Infanterieregimentes wurde G. während eines Manövers bei einem Bahnmeister ins Quartier gelegt. Als sich im Laufe der ersten Stunden der von einer Tour heimgekehrte Quartierwirt präsentierte, mußte der Frau des letzteren wohl die erstaunte Miene des Gastes aufgefallen sein, denn sie fragte ihn: Nicht wahr, Sie wundern sich wie alle Welt darüber, daß mein Mann, noch verhältnismäßig sehr jung, bereits ganz graue Haare besitzt? Dem bejahenden Feldwebel wurde darauf von dem Bahnbeamten das folgende Erlebnis als die Ursache der frühen Ergrauung mitgeteilt. Er hatte auf seiner „Strecke“ einen größeren Tunnel, dessen Bahnkörper er behufs Revision nur in den Zeiträumen betreten konnte, in welchem kein Zug denselben passierte, da der Tunnel so eng war, daß man darin einem Zuge nicht ausweichen konnte. Eines Tages nun befand sich der Betreffende tief im Tunnel, als er zu seinem Entsetzen plötzlich einen Zug heranbrausen hört. Hatte er sich zu lange darin aufgehalten oder nicht die richtige Zeit gewählt, oder was immer die Ursache dieses Zusammentreffens gewesen sein mag, kurzum er befand sich plötzlich vor der schrecklichen, wie es schien, unabwendbaren Aussicht, von dem heraneilenden Zuge zermalmt zu werden, ja, wie gesagt, ein seitliches Ausweichen absolut unmöglich war. In seiner Todesangst warf sich der Beamte kurz vor der Ankunft

des Zuges platt auf die Erde, ungefähr in die Mitte zwischen die beiden Schienen. Und der Zug ging über ihn hinweg, ohne ihn zu beschädigen. (Nach Mitteilung Sachverständiger soll dies bei der früheren Konstruktion der Maschine resp. Wagen möglich gewesen sein, jetzt nicht mehr.) Er erhebt sich langsam, taumelt aus dem Tunnel heraus, ruht etwas und geht dann langsam nach Haus. Zu Hause noch ganz matt ankommend, empfängt ihn die Frau im Zimmer: „Herr Gott im Himmel! Mann, was hast Du gemacht, was ist um Gotteswillen mit Dir geschehen?“ Er, ganz erstaunt: „Aber Frau, in Gottes Namen, woher weißt Du es denn schon, ich bin doch keinem Menschen begegnet, wie kannst Du das schon wissen, sage mir nur 2c.“ „Mann, Du hast ja ganz graue Haare!“ Das vorher ohne jede Spur von Ergrauung normalfarbige Haar war in den wenigen schrecklichen Minuten vollständig gebleicht.

„Ich bin mit vorzüglicher Hochachtung 2c.

Sez . . . ., Tierarzt,
Cath . . . . . straße 13.“

„Sagan, d. 31. März 1885.

„Unter Bezugnahme auf Ihre Äußerung beehre ich mich einen bezüglichen Fall mitzuteilen, denn ich in meiner Kindheit erlebte. Es ist mir noch heutigen Tages genau erinnerlich und da er auch von meinen älteren Geschwistern, die damals schon erwachsen waren, bestätigt wird, so beruht meine Erzählung nicht auf kindlicher Phantasie, sondern darf jedenfalls den Anspruch auf volle Wahrheit machen. Im Jahre 1849 grassierte in meiner Vaterstadt — einem kleinen schlesischen Städtchen — die Cholera in sehr heftiger Weise. Da ereignete es sich, daß zwei Freundinnen meiner Schwester, die 17= resp. 18jährigen Töchter einer Obersten=Witwe, welche noch des Nachmittags gegen 5 Uhr in meinem elterlichen Hause zu kurzem Besuch munter und gesund vorgesprochen hatten, drei Stunden später einem akuten Choleraanfall erlegen waren. Die Mutter, eine Dame in den fünfziger Jahren, brünetten Haares, war den andern Morgen eisgrau! Dieser Fall hat sich in die Erinnerung meiner ganzen Familie so tief eingeprägt, daß wir im Laufe der Jahre immer und immer wieder darauf zurückgekommen sind, und so hat mich denn der erwähnte Artikel doppelt interessieren müssen. Für

den Fall, daß Sie beabsichtigen, von meiner Notiz Gebrauch zu machen, darf ich wohl bitten, meinen Namen unerwähnt zu lassen. Mit vorzüglicher Hochachtung zeichne ich mich als

Ihr ergebener

C., Major.“

„Straßburg i. Elſ. M.ſtr. 16. 31. Februar 1885.

„Ihrer Äußerung nach müßte Ihnen die Mitteilung von Fällen vom plötzlichen Ergrauen des Haupthaares sehr erwünscht sein. Dies war der Fall bei meiner Schwester bei der Geburt ihres ältesten Kindes, allerdings nur an einer Stelle des Kopfes in der ungefähren Größe eines Zweimarkstückes, wo das sonst fast schwarze Haar der ganzen Länge nach schneeweiß geworden war.

„In folgendem erlaube ich mir, Ihnen noch einen Fall von plötzlichem Ergrauen mitzuteilen, den ich aus dem Munde der Tochter des betreffenden Mannes habe. Im Jahre 1805 wurden 14 junge brave Männer von dem großen Menschenschlächter Napoleon zum Tode verurteilt, weil sie sich verdächtig gemacht, den deutschen Interessen treuer zu dienen, als dem französischen Usurpator. Sie sollten erschossen werden, und zwar nicht alle 14 zusammen, sondern im einzelnen vor den Augen ihrer Leidensgenossen.

„Die Exekution fand bei Wittenberg statt. Ruhig, mutig und gefaßt betraten die noch recht jugendlichen Männer den Richtplatz, wo jeder sein offenes Grab vor sich sah. Einer nach dem andern wurde vorgeführt und verrichtete sein letztes Gebet, die Augen wurden ihnen verbunden, dann ertönte das Kommando: Feuer! — und er war nicht mehr. So lagen 7 von den Braven schon hingestreckt, und der 8., der junge W., in der Gegend von Gött . . . . . heimisch, stand bereits mit verbundenen Augen da. Da erschien eine Ordonnanz mit dem Gnadenerlaß Napoleons, die jetzt noch Lebenden der Verurteilten sofort frei zu geben. Dem jungen W. wurde das Tuch wieder von den Augen genommen, aber er schien ein anderer in der kurzen Zwischenzeit geworden zu sein, die furchtbare Erregung dieser Minuten hatte sein Haar plötzlich gebleicht. Dies und die leichenhafte Färbung seines Angesichts blieben ihm zeitlebens als Zeugen jener Minuten auf dem Richtplatz.

„Dieser Mann war der spätere Kantor W. an der Johannes-

kirche zu G. Ich muß aber freundlichst bitten, den Namen nicht in die Öffentlichkeit zu bringen, und dasselbe bitte ich auch in Bezug auf meinen eigenen Namen.

Mit Hochachtung zeichne

M. K."

Und schließlich noch eine Mitteilung von einem (mittlerweile gestorbenen) plötzlich weiß Gewordenen selbst, dessen schön schneeweißes Haupt- und Barthaar ich seit lange kenne, und für dessen volle Glaubwürdigkeit ich persönlich glaube einstehen zu können:

„Bahrenfeld, 1. September 1885.

Geehrter Herr Doktor!

„Um einem mir öfter ausgesprochenen Wunsche nachzukommen, teile ich ihnen gerne die Geschichte mit, wie ich weiß wurde.

„Im Jahre 1846 ging ich von Singapore, auf Wunsch eines in Adelaide etablierten Freundes, nach Australien, um als Associé in sein Geschäft als Kaufmann einzutreten, ein kleines Kapital mitnehmend. Nach kurzer Zeit wurde ich Teilhaber eines ergiebigen Silberbergwerkes, das von einem tüchtigen und erfahrenen Bergwerkskapitän aus dem Harz bearbeitet wurde. Während weniger Jahre wurden verschiedene recht reiche Lode oder Silberadern bloßgelegt und mein Anteil am Wert der Mine wurde auf ca. eine halbe Million geschätzt.

„Der hohen Löhne wegen wurden wir genötigt, eine Kompanie daraus zu machen; doch nach einem Jahre (1850) kam die Goldkrisis und fast alle Menschen, die nur irgend die Passage in barem Gelde auftreiben konnten, ließen Eigentum und Familie im Stich und gingen nach Melbourne um Gold zu graben. Die Arbeiter verließen die Mine und dieselbe wurde schließlich öffentlich auf Auktion für wenige Pfunde als — Grasland verkauft. Ich verlor alles, meine Debitoren zahlten nicht, sondern vertrösteten mich auf die Zeit, wenn sie reich zurückkehren würden. Nun trat ich notgedrungen als Prokurist in ein anderes Geschäft ein, doch wurde auch dies durch die unvernünftigen Handlungen des in England weilenden Inhabers ruiniert, und ich sah mich zum zweitenmal gänzlich verarmt, ohne Aussicht etwas zu verdienen. Während meiner glücklichen und prosperierenden Zeit hatte ich mich verheiratet, hielt offen Haus

und Tafel und bekam dadurch viele sogenannte gute Freunde und Bekannte, denen ich gern und mit freigebiger Hand alles, selbst meine Pferde und Wagen, zur Disposition stellte. Ich war damals 37 Jahre alt, stets kräftig und gesund gewesen und von einem fröhlichen heiteren Temperament, mit vollem üppigstarken, gesunden Kopfhaar und Bart von dunkelblonder Farbe.

„Als ich nun zum zweitenmale so gänzlich verarmte, und auch durch die entstandenen trüben Verhältnisse der Kolonie keine Chance hatte, wieder emporzukommen, mir sogar das tägliche Brot fehlte, da fiel mir der Mut. In meiner Not dachte ich an meine früheren sogenannten Freunde, um von ihnen, wenigstens auf kurze Zeit, ein Darlehen zu erbitten, aber — sie kannten mich nicht mehr; sie bedauerten, mir nicht helfen zu können, sie wichen mir auf offener Straße aus. — Nun sah ich ein, wie verlassen und hilflos ich war!

„Ich nahm mir die ganze traurige und trübe Lage so sehr zu Herzen, daß ich weder essen noch schlafen konnte und nächtelang niedergedrückt umher wanderte. So wurde ich von Tag zu Tag auffallend grauer, und in einem Monat wurde mein Kopfhaar und Bart vollständig schneeweiß.

„Darauf verließ ich Australien und begab mich nach Batavia, wo ich, zwar gänzlich arm, bessere und wirkliche Freunde fand und mich wieder zu einer unabhängigen Stellung emporarbeitete. — Jetzt, in einem Alter von über 67 Jahren, bin ich zwar schneeweiß an Haupthaar und Bart, wie Sie mich kennen, habe aber noch keine Glatze.

Mit aller Hochachtung ꝛc.

Otto Bergeest."

So weit von wissenschaftlicher Seite Mitteilungen über das plötzliche Ergrauen vorliegen, muß man annehmen, daß dasselbe durch den Eintritt von Luft in das Innere des Haares bedingt wird. Damit bleibt aber die Ursache wie die Art und Weise dieses Lufteintritts in das Haar ebenso wie die Ursache für die Fortdauer des dadurch geschaffenen Zustandes vorläufig noch völlig unerklärt.

Das Erbleichen des Haares ist nicht das einzige am Haarwuchs wahrnehmbare Zeichen des fortschreitenden Alters, vielmehr verbindet sich damit sehr häufig der nicht minder unwill-

kommene Altershaarschwund. Und beide Erscheinungen zusammen hat man als das Ergebnis der in allen ihren Verrichtungen herabgesetzten Lebensthätigkeit der Greisenhaut aufzufassen. Zuerst stellt die Haarpapille ihre Farbstoffbildung ein — das Haar erbleicht, dann wird nach und nach ihre Thätigkeit überhaupt eine schwächere, die weißen Haare werden kürzer und immer feiner und fallen zum großen Teil ganz aus, sobald die Papille ihre Thätigkeit einstellt und abstirbt. Nicht umsonst bekleiden die Matronen ihr seines Schmuckes wie seines Schutzes gegen die Kälte beraubtes Haupt mit der würdigen Haube. Man ist oft erstaunt über die geringfügigen Überreste des einst so üppigen Haarschmuckes, die so eine Haube verbirgt, wenn man gelegentlich den Kopf ohne diese primitivste aller Perücken zu sehen bekommt.

Die gegebenen ausführlichen Mitteilungen über das Ergrauen der Haare rechtfertigen sich einzig und allein durch das außerordentlich rege Interesse, das mir als jahrelangem Mitarbeiter des „Daheim“ in einer Unzahl von Briefen, namentlich von seiten frühzeitig Ergrauender immer wieder entgegengetreten ist. Dies Interesse spitzt sich freilich stets zu in die ängstliche Frage seitens der Briefsteller: Läßt sich denn dem Prozeß auf keine Weise Einhalt gebieten? und in die meist gleich daran sich schließende zweite Frage: Giebt es ein gutes, zuverlässiges und dabei gänzlich unschädliches Haarfärbemittel?

Was die erste Frage anbetrifft, so ging aus der bisherigen Darstellung bereits zur Genüge hervor, daß man auf die in den Papillen, den Bildungsstätten des Haares vor sich gehende Farbstoffbildung nicht den geringsten Einfluß hat. Und so kann auch bei dem heutigen Stande des Wissens ebensowenig wie von einer Heilung der Weißsucht der Haut (Kap. 7), von einer Heilung des Ergrauens der Haare die Rede sein.

So lange es sich nur um ganz einzelne weiße Haare handelt, mag man sie unbedenklich ausziehen, sobald sie aber so reichlich vorhanden sind, daß sie durch ihre Zahl Ein-

fluß auf die Farbe des Ganzen gewinnen, würde man einerseits seinen Zweck doch nicht mehr erreichen und andererseits dem Haarboden schaden. In solcher Lage kann es sich nur darum handeln, ob man das Haar färben will oder nicht. Es erscheint müßig, hier die Frage zu erörtern, ob man sich das Haar färben darf, oder ob das nicht erlaubt sei. Das ist eine Frage des persönlichen Gefühles, die Jeder für sich selbst beantworten muß. — Es ist genug, daß es eine große Anzahl von Fällen giebt, wo das Färben geradezu als Notwendigkeit erscheint. Denn man mag sagen, was man will: das vorzeitige Zeichen des Alters in Gestalt von grauen Haaren und ebenso rotes Haar giebt unter Umständen für gar Viele sehr ernste Störungen und Hinderungen ab für das ganze Privat- und Berufsleben. Und schließlich kann nur jeder selbst entscheiden, ob er sein Haar färben will oder muß oder darf. Mit demselben Recht, mit dem man andere körperliche Entstellungen und kosmetische Schäden künstlich zudeckt und verbirgt, kann man wohl auch das Haar färben. Wenn dem Kahlköpfigen die Perücke, dem Einäugigen das Glasauge, dem Zahnlosen das künstliche Gebiß, dem Einarmigen die künstliche Hand, von anderem ganz zu schweigen, erlaubte Mittel sind, so kann auch dem frühzeitig Ergrauten das Haarfärben nicht verboten sein. — Das nebenbei. Gewöhnlich lautet denn auch die Frage nicht: *Darf* ich färben? sondern: *Womit* darf ich färben? (ohne Schaden für die Gesundheit nämlich). Die Beantwortung dieser Frage ist nun gar nicht so leicht, wie mancher annimmt. Ein leicht anwendbares, stets genau dieselbe Farbe lieferndes, die Haut nicht färbendes, in der Farbe haltbares und *dabei völlig unschädliches Haarfärbemittel* läßt sich gar nicht leicht herstellen. Den besten Beweis dafür liefert die Unzahl der im Gebrauch befindlichen und immer noch neu auftauchenden Haarfärbemittel. Man hätte nicht nötig, immer wieder mit neuen zu experimentieren, wenn man nur ein einziges hätte, welches allen Ansprüchen, die man

billigerweise an ein Haarfärbemittel stellen muß, auch nur einigermaßen genügte. Darum erscheint eine ernstliche Mahnung wohl am Platze an alle diejenigen, die sich in Versuchung wissen. Man bindet sich mit dem Haarfärben eine kleine Rute, die man unter Umständen recht unangenehm empfindet. Denn man kann vom Färben, wenn man einmal damit begonnen hat, lange nicht so leicht wieder frei kommen, wie man dazu gekommen ist. Man darf auch nicht gleich, wenn man bei der ersten Färbung nicht den gehofften Erfolg hat, dem Färbemittel alle Schuld in die Schuhe schieben. Der Mißerfolg hat oft genug seine Ursache in der mangelnden Sorgfalt bei der Ausführung der für das Färben gegebenen Vorschriften, zuweilen aber auch in der Auswahl des Färbemittels, welche Sachkenntnis und Überlegung verlangt wegen des zu wählenden Farbentons. Jemand, der ursprünglich schwarzes Haar hatte, wird sich eines ganz anderen Färbemittels d. h. Farbentones bedienen müssen, als jemand, der braunes Haar hat oder als jemand mit blondem Haar. Das Wenigste, was man in dieser Hinsicht thun muß, ist die Probefärbung mit dem Mittel, das man zu benutzen sich anschickt. Bevor man nämlich mit dem neuangeschafften, also in seinen Wirkungen noch unbekannten Färbemittel eine Färbung des gesamten Kopfhaares vornimmt, unterzieht man erst probeweise ein fingerlanges, kleines Endsträhnchen eines Zopfes, das sich nötigenfalles ja leicht verbergen oder auch abschneiden läßt, einer Färbung. Man sieht dann ganz genau wie die Farbe des angewandten Mittels ausfällt und wie man damit zufrieden ist.

Die vegetabilischen Haarfärbemittel, Pyrogallussäure und Wallnußschalen sind im allgemeinen nicht ganz zuverlässig. Von den vegetabilischen Haarfärbemitteln kommen am meisten die grünen Wallnußschalen in Betracht. Dieselben färben ohne weitere Vorbereitung das Haar — leider auch die Kopfhaut und Hände — zunächst gelblich, später nuß- oder kastanien-

braun in haltbarer schöner Farbe. Man reibt den frisch ausgepreßten Saft in die rein gewaschenen Haare, natürlich mit einer Bürste und vorsichtig die Berührung der Haut vermeidend. Leider läßt sich dies Mittel auf keine Weise haltbar machen. Man hat vergeblich versucht, die Schalen in Spiritus oder Glycerin oder in Paraffin eingeschmolzen aufzubewahren. Auch spirituöse oder andere Auszüge färben nicht, es ist eben nur der ganz frische Pflanzensaft, dem diese Eigenschaft zukommt, und aus diesem Grunde ist die fortlaufende Färbung mit Wallnuß einfach unausführbar. Man erhält vom Spezialitätenhändler freilich Nußschalenextrakt, Nußextrakt u. dergl., welches zwar echt ist, dann aber nicht färbt, oder man bekommt ein zwar färbendes aber in diesem Fall nicht echtes Präparat, indem es nichts von Wallnüssen, dagegen kupfer-, eisen-, silber-, ja sogar bleizuckerhaltige Färbemittel enthält. Auch Nußöl oder Wallnußöl färben die Haare nicht mehr als andere Haaröle auch.

Die mineralischen Haarfärbemittel sind geradezu zahllos und können hier nur im Vorübergehen berührt werden. Unter ihnen nimmt das unten näher zu besprechende salpetersaure Silberoxyd den ersten Rang ein. Es ist vollständig unschädlich und giebt dem Haare eine prächtig glänzende schwarze Farbe. — Auch die Wismutpräparate geben schöne braune bis braunschwarze Farbe, die indes nicht bei allen Methoden echt ist; manche von ihnen können kein Wasser vertragen, sondern werden davon einfach aufgelöst und vom Haar heruntergewaschen. Richtiger wäre es, diese Art Wismuthaarfärbemittel den Schminken zuzuzählen, die man aufmalt, wenn man ihrer bedarf und nachher wieder abwäscht. In diesem Sinn benutzt man auch die Wismutmittel in der That als Färbemittel für zu helle Wimpern und Augenbrauen. Für letzteren Zweck leistet jedoch die unten zu besprechende persische Haarfärbung bessere Dienste.

Kupfervitriol wird in Verbindung mit anderen Mit-

teln zur Braunfärbung der Haare benutzt. Hier sei nur ein Mittel angeführt, um davor zu warnen, das „Eau Berger“ (chimiste à Paris) und mit dem Nebentitel „Fluide transmutatif noir“, der Hauptsache nach aus Kupfervitriol und salpetersaurem Nickeloxyd bestehend. Als Nr. III wird unter dem Namen „Eau à detacher“ zum Entfernen der an Gesicht und Händen etwa entstandenen schwarzen Flecke eine Flüssigkeit beigegeben, welche einen so starken Zusatz von Cyankalium enthält, daß gefährliche Vergiftungen entstehen können, falls eine Kleinigkeit davon in den Mund oder einen kleinen Hautriß gelangen sollte.

Über die Färbung mit hypermangansaurem Kali mögen hier die Mitteilungen einer mir als sehr zuverlässig bekannten Dame Platz finden: .... „Gleichzeitig erlaube ich mir, Ihnen meine seit Jahren gesammelten Erfahrungen über das Färben mit Kali hypermanganic. mitzuteilen, was sicher für Sie einiges Interesse haben dürfte.

Ich schickte Ihnen, wie Sie sich erinnern werden, eine Haarprobe von mir: jenes ziemlich seltene kastanienbraun, das in der Kindheit rötlich ist und dann zu jenem schönen Ton sich verdunkelt: Sie schrieben: „Zu Ihrem Haar wird es schwerlich etwas Passendes geben.“ Und ich erwidere: Das hypermangansaure Kali ist genau dazu passend! es ist deshalb nur von Personen zu benutzen, deren Haar den rötlichen Glanz hat. Dabei ist die Kalifarbe im Haar so wunderbar lebensvoll und jugendfrisch und schön, daß ich völlig befriedigt wäre, wenn ich die Feuchtigkeit am Kopf vertragen könnte. — Und nun kommt die Kehrseite des Bildes. Die Farbe hält sich kaum einen Tag lang; dann wird sie gelblich und fahl und muß ergänzt werden. Wer also die Nässe nicht, wie ich, zu scheuen braucht, der hat doch ein gut Teil Zeit zu opfern. Es ist sehr zu raten, die Kalilösung nur gesättigt anzuwenden, also soviel Kristalle zum Wasser zu nehmen, als sich auflösen wollen. Eine so komplizierte Haarentfettung wie zu sonstigem Färben ist zu

Kalilösung nicht nötig, wenn nicht vorher Öl oder Pomade benutzt worden ist; man bürstet dann nur das Haar mit einer ganz reinen Bürste und reibt es mit einem weichen Lappen nach. Zum Bürsten mit Kali nimmt man das erste Mal eine alte Zahnbürste, die nächsten Tage jedoch überstreicht man alle dann zu hell erscheinenden Stellen leicht mit etwas in die starke Lösung getauchter Watte; dies wirkt sehr schnell und giebt wenig Feuchtigkeit. Die Kalilösung trocknet nämlich nur langsam im Haar. Flecke an Kopfhaut und Fingern lassen sich noch frisch sehr leicht durch festes Reiben entfernen, besonders am Kopf sind sie leicht abzukratzen."

Von den Eisen enthaltenden Haarfärbemitteln sei seiner Unschädlichkeit wegen eines genannt, das Chromacome von Lohse. Dasselbe besteht aus zwei Flüssigkeiten, Galläpfeltinktur und einer Lösung von essigsaurem Eisen mit etwas Höllenstein, die nacheinander in die gut ausgewaschenen Haare mit Hilfe einer Bürste eingerieben werden. Färbt braun bis schwarz.

Trotz ihrer gesundheitsschädlichen Wirkung stehen doch die Bleipräparate als Haarfärbemittel in hohem Ansehen, weil von allen bis jetzt in Europa bekannten und gebräuchlichen Haarfärbemitteln keines eine der natürlichen Haarfarbe so ähnelnde Färbung hervorbrachte, wie die verschiedenen Bleimittel, welche nach ihrer Beschaffenheit und nach der Dauer der Einwirkung alle Nüancen von braun bis schwarz hergeben, und weil das bei andern Mitteln leicht einmal vorkommende Mißglücken der Färbung hierbei weniger zu fürchten ist. Wenn deshalb die Bleimittel von den Geheimmittelhändlern immer wieder angepriesen werden als das „beste Mittel", um ergrautem Haar wieder zu seiner ursprünglichen Farbe zu verhelfen, als das beste „Haarverjüngungsmittel", so läßt sich gegen diese Behauptung kaum etwas einwenden.

Und doch sind sehr viele dieser Bleipräparate viel zu gefährlich für einen so harmlosen Zweck, da sie unzweifelhaft zu

Bleivergiftungen (Bleilähmung, Bleikolik, Kopfschmerzen) führen können. Freilich kommt es nicht gerade in jedem einzelnen Falle dazu; es hängt eben sehr von den Umständen bei der Anwendung ab, wie viel der Körper von dem Gifte in sich aufnimmt. Besonders gefährlich sind die bleizuckerhaltigen Haarfärbemittel; sie kommen nicht bloß in feuchtem Zustande auf die Haut, auf der sie oft viele Stunden sitzen bleiben, und sie werden, wenn der gewünschte Farbenton beim erstenmal nicht erreicht ist, nicht nur zu wiederholtenmalen aufgetragen, sondern nach dem Trocknen sitzen die Bleipartikel als Staub in dem Haar, von wo aus sie vermittelst der Atmung sehr leicht in Mund und Nase gelangen. Weniger bedenklich sind deshalb schon Bleifärbemittel in Form von Pomaden.

Diese Gefahr tritt bei der Färbung des Bartes, vor allem des Schnurrbartes, besonders deutlich hervor. Wie gefährlich die Bleisalze sind und wie leicht sie zu chronischen Vergiftungen führen bei Leuten, welche viel mit bleihaltigen Gegenständen zu thun haben (Schriftsetzer, Schriftgießer, Anstreicher, Schrotgießer, Klempner, Glashüttenarbeiter, Arbeiter in Bleiweiß- und Mennigfabriken 2c.), ist genugsam bekannt. Wenn über Bleivergiftungen durch bleihaltige Haarfärbemittel so wenig berichtet wird, so liegt das in den Verhältnissen. Gesetzt, der Arzt bekommt einen Fall zur Behandlung, der in ganz wenig ausgesprochener Weise die Erscheinung der chronischen Bleivergiftung zeigt, so wird er sehr leicht über die wahre Natur des Übels ins Klare kommen, wenn er sich einem Manne gegenüber befindet, der einem der genannten Berufszweige angehört; dagegen wird es ihm sehr schwer, wenn nicht unmöglich werden, sich Rechenschaft zu geben über die Ursachen des Leidens, wo dies nicht der Fall ist. Wenn es sich beispielsweise um eine Dame aus den besseren Ständen handelt, etwa hoch in den dreißigen, welche neben fahler Hautfarbe, etwas Abmagerung und allerlei für „nervös“ gehaltene Kopf- oder Gliederschmerzen zeigt, Erscheinungen wie sie ja nicht gerade selten sind, so wird der

Arzt eine Bleivergiftung kaum zu vermuten im stande sein. Die Patientin, welche die Möglichkeit eines Zusammenhanges zwischen dem Haarfärben und ihrem Leiden gar nicht einmal ahnt, zumal ja auf der Etikette ihres Haarfärbemittels ganz treuherzig versichert wird: „Vegetabilisches Haarfärbemittel“ oder „nicht bleihaltig“, verheimlicht ihrem Arzte natürlich sorgfältig ihr frühzeitiges Ergrauen wie ihre Haarfärberei, selbst wenn er danach fragen sollte. Und der Arzt, der seine Klienten gar nicht anders kennt, als mit schönem dunklem Haar und bleicher Gesichtsfarbe, und von dem Färben so wenig weiß, wie von dem frühen Ergrauen, wird nur in seltenen Fällen Veranlassung nehmen, danach zu fragen, zumal er aus Erfahrung weiß, daß er in der Mehrzahl der Fälle darauf rechnen kann, eine von falscher Scheu diktierte, verneinende Antwort zu erhalten. So kommen solche Fälle von Bleivergiftung, wenn sie nicht gar zu hochgradig und ganz offenkundig sind, nur außerordentlich selten ans Tageslicht. Die Gefahr aber, sich durch die genannten Haarfärbemittel eine Bleivergiftung zuzuziehen, ist nicht geringer als bei jener berufsmäßigen Beschäftigung mit Blei, bei dem Gebrauch von bleihaltigem Schnupftabak oder bleizuckerhaltigem Wein (was früher schon vorkam) oder bei Benutzung von bleihaltigem Kochgeschirr oder von bleihaltiger Schminke; deshalb muß man vor dem Gebrauch von bleihaltigen Haarfärbemitteln dringend warnen.

Die einzelnen bleihaltigen Haarfärbemittel hier namhaft zu machen, würde wenig nützen. Die Zahl derselben ist Legion und wird von den Fabrikanten nach Bedürfnis noch täglich vermehrt. Ihren giftigen Charakter verbergen sie meist unter den unschuldigsten französischen oder englischen Namen — es wird sogar in bewußter betrügerischer Absicht durch den Zusatz „vegetabilisch“ der Bleigehalt geradezu geleugnet. So enthält z. B. das Eau d'Apollon viel Bleizucker, wird aber ausdrücklich als „unschädlich“ bezeichnet. Ebenso muß die ausdrückliche Versicherung der „unschädlichen vegetabilischen“ (!) Zusammen-

setzung über den hohen Bleigehalt des „Eau de Fée", „Haar-Naturalisier-Präparat" des Chemikers Lattke, sowie die „Eau de Fées" von Sarah Felix hinwegtäuschen. Neuerdings werden englische Namen Mode, und die Welt wird überschwemmt mit „amerikanischem" Haar-Juvenator, Hair-Restorer, Hair-Restorative, Hair-Renewer, Hair-Milkon, Hair-Elixir 2c., von denen manche bis 10% Bleizucker enthalten. Natürlich fehlt auch hier nicht die übliche auf unschuldige Seelen berechnete „Warnung vor dem giftigen Bleigehalt anderer Haarfärbemittel".

Wer ein Haarfärbemittel gebrauchen will oder muß, darf unter keinen Umständen eins gebrauchen, dessen chemische Zusammensetzung oder dessen Freisein von Bleizucker und anderen schädlichen Bleisalzen ihm nicht in untrüglicher Weise bekannt ist. Jedenfalls sollte man zum Schwarzfärben nie Bleifärbemittel benutzen, da man dazu ganz sicher unschädliche andere Mittel hat. Im folgenden sind zwei vollkommen unschädliche Methoden der Haarfärbung so genau angegeben, daß jeder sich derselben an der Hand der Darstellung bedienen kann: Die schon längst bekannte Färbung mit salpetersaurem Silberoxyd (Höllenstein) und die von mir neu eingeführte persische Haarfärbung mit Henna und Reng.

Die Färbung mit Silberlösung. Die meisten der unter sehr verschiedenen Namen von den Spezialitätenhandlungen angebotenen Höllensteinhaarfärbemittel sind mehr oder minder glückliche Änderungen des Dicquemarreschen Mittels. Dasselbe wird unter dem Namen Melanogène in zwei verschiedenen 50 Gramm haltenden Gläsern nebst zwei Bürsten für den Preis von 6 Mark verkauft. Das eine Glas enthält eine Auflösung von Pyrogallussäure (Nr. 69a) unter der Bezeichnung Nr. I, das andere eine ammonikalische Lösung von Höllenstein (Nr. 69b) unter der Bezeichnung Nr. II, zum Schwarzfärben. Diese Lösung ist reichlich stark, man erreicht denselben Zweck mit ganz bedeutend schwächeren Lösungen; dagegen gelingt es kaum,

anders als schwarz mit Silbersalzen zu färben, auch bei starker Verdünnung nicht.

Will man nun die Färbung vornehmen, so beginne man zu einem Zeitpunkt, wo man über einige gänzlich ungestörte Stunden zu verfügen hat. Herren kommen bei der durch die Kürze ihrer Haare bedingten schnellen Trocknung ganz bedeutend rascher davon. Allein kann man die Prozedur nicht gut vornehmen, da man die Haut mit vielen unerwünschten Flecken verunzieren würde, man muß sich vielmehr der Hilfe einer zweiten Person bedienen, eines Familienmitgliedes oder einer Friseusin (Friseurs).

Der erste Akt des Trauerspiels besteht in der Entfettung des Haares, weil die Silberlösung an fettem Haar nicht haftet. Nachdem man sich einen Schutzmantel angethan und fest am Halse zugebunden hat, bürstet man mit einer in starkes Seifenwasser getauchten, dichten, fettlosen, nicht zu kleinen Bürste in der Richtung des Haarstromes wiederholt das ganze Haar bis auf die Haut durch, so daß alles Haar von der Bürste getroffen und gehörig benetzt wird. Danach spült man mit reichlichem, lauem, weichen Wasser das Seifenwasser gründlich aus dem Haar heraus. Je sorgfältiger man die Reinigung des Haares ausführt, desto gleichmäßiger, dauerhafter und schöner fällt die Färbung aus. Man kann wohl zu wenig, aber nicht leicht zu viel in dieser Beziehung thun. Nach dieser gründlichen Ausspülung trocknet man nun, so gut sich das eben machen läßt, mit einem ganz reinen, weichen Leintuch das Haar ab; dann kämmt man es mit einem neuen, halbengen Kamm, der nie zu etwas anderem als zu dieser Färberei verwendet werden darf, und läßt sie, indem man sie gleichmäßig nach allen Seiten ausbreitet, noch etwas nachtrocknen, aber doch nicht vollkommen trocken werden. — Nun beginnt die eigentliche Färbung. Man gießt zunächst aus der Flasche Nr. I eine kleine (nach Bedarf erneuerte) Portion auf eine Untertasse und benetzt nun vermittelst einer — mit Nr. I

bezeichneten, ganz neuen und auch in Zukunft auch nur für die Flüssigkeit Nr. I benutzten — Zahnbürste den Kamm, mit dem man nun das ganze Haar sorgfältig durchkämmt, so daß dasselbe überall gleichmäßig mit der Flüssigkeit Nr. I durchfeuchtet ist. Natürlich muß man die Benetzung des Kammes so oft wiederholen, als es sich erforderlich macht. Zuletzt wird das Haar wieder zum Trocknen nach allen Seiten gleichmäßig ausgebreitet.

Während dessen setzt man einen andern gleichfalls nur zu diesem Zweck benutzten und mit Nr. II bezeichneten Kamm, den man vorsichtshalber noch einmal in Seifenwasser auswaschen und in reinem Wasser nachspülen kann zur Sicherung vor jeder Spur von Fett, in Bereitschaft. Noch ehe das Haar ganz trocken geworden ist, beginnt man das Haar wiederum zu durchkämmen. Diesmal benutzt man aber die aus dem Fläschchen Nr. II auf eine andere Untertasse gegossene Flüssigkeit aus dem dunklen Glase zur Benetzung des Kammes Nr. II. Schon während des Kämmens damit kommt die Färbung zum Vorschein, so daß man sofort diejenigen Stellen, an denen sie nicht kräftig genug hervortritt, aufs neue mit dem benetzten Kamm durchkämmen kann. Es sei noch ausdrücklich bemerkt, daß man das Haar mit keiner der beiden Flüssigkeiten naß machen darf; beidemal soll das Haar nur ordentlich durchfeuchtet werden. — Die Färbung ist nun soweit beendet, wenn das abermals wieder ausgebreitete Haar aufs neue trocken geworden ist.

Hier werden nun noch einige weitere Bemerkungen am Platze sein. Außer der beabsichtigten Färbung der Haare kommt es nun gar zu leicht zur Entstehung sehr unliebsamer schwarzer Hautflecke, namentlich an den Händen. Die Hände muß man daher gleich von vornherein durch ein Paar alte Glaceehandschuhe und die Kleidung durch einen abgesetzten, am Halse gut anschließenden Frisiermantel schützen. Sollte bei dem Gebrauch der Höllensteinlösung (Nr. II) etwas auf die Haut, z. B. des Gesichts kommen, so muß man dieselbe sofort mit

einem nassen Läppchen abreiben, ehe sie eintrocknet. Man darf deshalb auch den Kamm nicht so naß machen, daß an jeder Zinke ein Tropfen hängt, weil dann oft einer herunterfällt und auch auf der Kopfhaut Flecke entstehen würden. Aber andererseits muß der Kamm wirklich ordentlich naß sein, damit man die unumgänglich notwendige Benetzung der Haare bis zu ihrem Ursprung auch wirklich ausführen kann (mit beiden Flüssigkeiten). Hat es trotz aller Vorsicht einige schwarze Flecke gesetzt, so kann man dieselben entfernen durch energische Abreibung mit einer Lösung von Jodkalium (Nr. 69 d) oder von unterschwefligsaurem Natron (Nr. 69 e).

Es kommt vor, sei es wegen mangelhafter Ausführung der entfettenden Haarwaschung oder wegen ungenügender Benetzung mit einer der Flüssigkeiten, daß die Haare nach einigen Tagen, wenn man sie von der Seite gegen helles Licht besieht, einen fuchsigen Schimmer zeigen. Man beseitigt diesen unangenehmen Farbenton am besten dadurch, daß man das Haar an diesen Stellen mit dem mit Schwefelkaliumlösung (Nr. 70) benetzten Kamm Nr. I durchkämmt. Um dies ohne neue Haarwäsche zu können, darf man aber die ersten Tage nach der Färbung kein Fett ins Haar bringen und muß also bis dahin überhaupt mit einem vorher sorgfältig ausgeseiften Kamm kämmen. Diese Schwefelkaliumlösung wird von manchen überhaupt bevorzugt als „Flüssigkeit Nr. I" vor der Pyrogallusseife, wegen größerer Gleichmäßigkeit und Zuverlässigkeit der Färbung im Vergleich mit letzterer. Die Fabrikanten ziehen meist die Pyrogallussäure der Schwefelkaliumlösung vor, weil letztere — aber nur so lange, als das Haar naß davon ist — einen etwas unangenehmen Geruch hat. — Ist nun die Färbung befriedigend ausgefallen, so kann man (nach 4—5 Tagen) ruhig pomadisieren und kämmen wie man will. Die Nachfärbung wird nötig, sobald die weißen nachwachsenden Wurzelstücke der Haare dazu auffordern.

Ganz ähnlich sind zusammengesetzt das Chromacome von Lohse, das Krinochrom von Karrig, Tannigene von Eisenwein und das Tannigene von Ruß, Hair-dye von Abt, Eau Lajeune, Eau de Vienne. Der Liqueur transmutative pour teindre soi-même les cheveux von Faivre besteht im wesentlichen aus den obengeschilderten 3 Lösungen von Schwefelkalium, Höllenstein (ohne das Ammoniak) und Jodkalium. Nur läßt Faivre nach der Entfettung des Haares dasselbe zuerst mit der Silberlösung und dann, ehe noch das Haar völlig trocken geworden ist, mit der Schwefelkaliumlösung befeuchten. Man sieht also, es läßt sich auf beide Arten färben: erst Silberlösung und dann Schwefelkaliumlösung oder umgekehrt. Der Vollständigkeit wegen und um jedem den eigenen Vergleich zu ermöglichen, sind im Anhang unter Nr. 71 die entsprechenden Flüssigkeiten zusammengestellt, und zwar so, daß man bei ihrem Gebrauch die auf S. 295 f. gegebene Beschreibung ganz ebenso wie dort zu Grunde legen kann. —

Wer auf dem oben genau beschriebenen Wege kein Glück mit dem Färben gehabt hat, mag's also auf diese Weise versuchen. Nur darf man überhaupt nicht glauben, gleich das erste Mal eine untadelig gute Färbung zu erzielen. Alles, was man thut oder beginnt, will gelernt sein, und man bringt es erst durch die genaue Bekanntschaft mit den kleinen Nebendingen und die sichere Beherrschung aller Handgriffe und Verhaltungsmaßregeln zu der Erfahrung, welche den Erfolg sichert und die Meisterschaft bedingt. Deshalb sei hier noch einmal hingewiesen auf die Notwendigkeit einer Probefärbung an einem kleinen Zöpfchen einer Flechte oder an einer kleinen, weniger in die Augen fallenden Stelle am Kopfhaar.

Wenn unter allen den zahllosen Haarfärbemethoden hier allein die Silberfärbung die eingehendste Darstellung gefunden hat, so hat das seinen Grund. Die Färbung giebt bei einiger Übung vorzügliche Ergebnisse, d. h. glänzendes Schwarz, wenn sie auch etwas umständlicher ist als manche Bleifärbungsmethode.

Vor letzterer aber hat sie den großen Vorzug, absolut keine Gefahren für die Gesundheit zu besitzen und wird aus letzterem Grunde von Verständigen der Bleifärbung auch immer vorgezogen werden, die zudem gesetzlich verboten ist.

Eines aber läßt sich nicht leugnen: Das Ideal der Kunst, ergraute Haare auf eine gesundheitsunschädliche, bequeme Art echt und in den natürlichen helleren Farbentönen zu färben, hat man bis jetzt noch nicht ganz erreicht.

Ein Verfahren, welches absolut keine Gefahr für die Gesundheit mit sich bringt und die außerordentliche Annehmlichkeit darbietet, daß die Kopfhaut keine Spur der Färbung annimmt und sehr schöne, der natürlichen entsprechende echte Haarfarbe ergiebt, ist

die persische Haarfärbung.

Überall, wo vom Haarfärben in Büchern die Rede ist, wird des orientalischen Haarfärbemittels, der Henna (Henno), erwähnt, aber bis jetzt ist dieselbe in Europa noch niemals praktisch ausgeübt worden, teils aus gänzlicher Unbekanntschaft damit, teils wegen der Schwierigkeiten, dieselbe rein und unverdorben nach Europa zu verschicken. Durch die Güte des früheren Leibarztes des Schahs von Persien (Dr. Polak) erhielt ich nicht nur die genauesten Nachrichten über die Henna, sondern auch eine hinreichend große Probe, um eingehende Färbeversuche damit machen zu können.

Im genauen Anschluß an die Mitteilungen meines Gewährsmanns gebe ich folgende nähere an sich schon interessante Aufschlüsse hier wieder über dies Haarfärbemittel, das in Sitte und Lebensweise jener orientalischen Völker eine bedeutende Rolle spielt.

In Persien und andern Teilen Vorderasiens verlangt es die Sitte von jedermann, von der Wiege bis zum Grabe sich die Haare mit Henna (den gepulverten Blättern des Cyperstrauchs) zu färben. Die Sitte ist uralt, wenigstens erwähnt

die Bibel schon die Henna (Hohelied 1, 14 „Kopher", und 4, 13 „Cypern"). Ursprünglich färbte man nur mit der Henna, welche dem Haar eine fuchsrote Färbung verleiht. Die Vervollkommnung der Färbung durch die Anwendung des Reng (die gepulverten Blätter der Indigopflanze, Indigofera), wodurch das Haar eine nach Belieben hellere oder dunklere, vollkommen natürliche Farbe und einen wundervollen Glanz erhält, scheint verhältnismäßig jüngeren Datums, etwa drei Jahrhunderte alt zu sein. Die Anhänger des Zoroaster (Feueranbeter) beschmieren sich, höchst wahrscheinlich in Erinnerung an den Sonnen- und Feuerkultus, zum Jahreswechsel, d. h. am 21. März, im Bade am ganzen Körper mit Henna, ein Vornehmen, dem wohl die Bedeutung eines religiösen Aktes zukommt. Ebenso ist es vorgeschrieben, daß der Bräutigam der Braut am Tage vor der Trauung, also zum Bade, das an diesem Tage stattfinden muß, eine Schüssel feinster Henna als Geschenk übersenden muß. Mit dieser hat sich die Braut Haare, Nägel, Hand- und Fußteller tüchtig zu färben. Dieselbe Sitte findet sich in Ägypten und Konstantinopel. Woher diese uralte Sitte der Haarfärbung stammt, weiß man nicht, aber die Perser behaupten, ob auf Wahrheit oder Vorurteil gegründet, daß die Henna den Haarboden kräftigt und den Haarausfall verhindert, und weisen zum Beweise dessen auf die auch von dem oben Genannten bestätigte Thatsache hin, daß Glatzen bei ihnen zu den größten Seltenheiten gehören. Als Epidermis-stärkend wenden sie deshalb die Henna auch gegen den Frost der Hände und Füße an. Jedenfalls ist die Henna wie auch der Reng so vollkommen unschädlich, daß beim Färben eine zufällige Berührung des Auges 2c. nicht den mindesten Nachteil mit sich bringt, während ein Tröpfchen der obengenannten Silberlösung (Nr. 69 b) schon eine schlimme Ätzwirkung im Auge hervorrufen würde. — Werden die Leute sehr alt und weißhaarig, so wenden sie vielfach die Henna ohne Reng an, und man sieht sie mit fuchsfarbenem Haupt-

und Bart umherlaufen, was für die Europäer komisch genug aussieht.

Übrigens ist die durch die persische Färbung bedingte Haarfarbe eine durchaus natürliche, und die Angaben über die Haarfarbe der Perser in Reisewerken beziehen sich sämtlich auf das künstlich gefärbte Haar. Technische Verwendung findet die Henna zum Färben der Fuchsfelle, um das Weiße am Bauch wie den übrigen Pelz zu färben. Die Hennafarbe entspricht genau der Fuchsfarbe, so daß die weißen Stellen sehr gut dadurch gedeckt werden. Diese Fuchsfelle sind bei den Türken sehr beliebt. Was die Haarfärbung selbst anlangt, so bedarf es dazu folgender Vorbereitungen. Zunächst natürlich 1) Henna und Reng in guter Beschaffenheit. Guter Reng ist feinpulverig ohne jedes Klümpchen und von schön grüner Farbe (wie frisches grünes Erbsenkraut). 2) Ein warmes Zimmer von 19° R. 3) Ein Paar alter Glaceehandschuhe zum Schutz für die Hände, die zwar nicht richtig gefärbt, aber doch schmutzig werden würden ohne Handschuhe. 4) Zum Ausspülen des Pulvers ein sehr großes Waschbecken oder ein kleiner Zuber voll lauen Wassers. — Zunächst müssen nun wie bei jeder Haarfärbung die Haare entfettet werden, weil fettes Haar die Farbe nicht annimmt. Diese Entfettungswäsche mit Seifenwasser wurde schon S. 296 genau beschrieben.

Nach der nun folgenden gründlichen Ausspülung des Seifenwassers trocknet man das Haar mit weichen Leintüchern einigermaßen ab und teilt dann das Haar sofort durch einen von der Stirn zum Nacken gehenden Scheitel in zwei gleiche Hälften, aus deren jeder man zwei oder bei starkem Haar drei Zöpfe flicht, aber so lose wie möglich. Nach diesen Vorbereitungen kann das Färben vor sich gehen, wenn man sich noch einmal überzeugt hat, daß das — entfernt vom Ofen in Kopfhöhe hängende — Thermometer über 18° R. zeigt. Im Sommer kann man also recht gut bei offenem Fenster färben, wenn man nur nicht in seiner Nähe sitzt.

Man braucht zum Färben eines stark behaarten Kopfes 90—120 gr Pulver. Dasselbe wird je nach der beabsichtigten Wirkung in verschiedenen Verhältnissen gemischt. Zur Schwarz- oder Dunkelfärbung nimmt man dreimal so viel Reng als Henna (also 90 gr Reng und 30 gr Henna), zur Blond- und Hellbraunfärbung doppelt so viel Reng als Henna (also 80 gr und 40 gr). Das Abmessen beim Färben selbst besorgt man mit einem Eßlöffel („gestrichen"). Vor der Vermischung mit dem Reng schüttet man die Henna auf ein Stück auf dem Tisch liegendes Papier und zerdrückt sorgfältig mit dem silbernen Eßlöffel die gewöhnlich darin enthaltenen Knoten, so daß die Henna gleichfalls ein durchaus gleichmäßiges Pulver giebt. (S. Nr. 72.)

Nach sorgfältiger Vermischung der beiden Pulver in einem reichlich 1/2 Liter fassenden, inwendig glasierten Gefäß rührt man einen dünnen Brei an, indem man unter fortwährendem Umrühren nach und nach Wasser hinzugießt, wozu man verhältnismäßig recht viel gebraucht. Der fertige Brei hat genau die Farbe und den Geruch von Spinatgemüse und ist so dünn, daß er gerade eben aus dem vollen Löffel wirklich herausfließt. Zu dünn darf er nicht sein, weil er sonst aus dem Haar herauslaufen würde, was zwar keine weiteren Nachteile mit sich bringt, aber für den Färbenden nicht gerade angenehm ist. Ist er aber so dick, daß er aus dem damit gefüllten Löffel in weichen Klumpen herausfällt, so verschmiert er sich gar zu schwer ins Haar.

Mit behandschuhten Händen — am besten von einer Hilfsperson — wird nun ohne weiteres der fertige Brei auf den Kopf aufgetragen. Zunächst wird der Kopf (bei herabhängenden Zöpfen) vollgeschmiert und dabei zugleich durch drückendes Darüberstreichen mit der Hand dafür gesorgt, daß der Brei ordentlich ins Haar bis auf die Kopfhaut eindringt; der Scheitel wird natürlich ohne Rücksicht vollgeschmiert. Alsdann kommt die Reihe an die Zöpfe. Man zieht einen nach dem andern

zu wiederholten Malen durch die mit Brei gefüllte Hand, damit derselbe auch hier ordentlich zwischen das Haar hineinkommt; sobald ein Zopf fertig vollgeschmiert ist, legt man ihn sogleich, ihn an seinem Ursprung etwas straff anziehend, im Bogen rings um den Kopf auf das bereits besorgte Haar. Will man nicht schwarz färben, sondern braun oder noch heller, so legt man die Zöpfe nicht auf den Kopf, sondern vereinigt sie hinten am Hinterkopf, wo man sie ja leicht mit einigen Nadeln befestigt. Sind auf diese Weise alle Zöpfe ordentlich neben einander gepackt, so glättet man mit Brei das Ganze, — es muß alles grade eben von dem Brei bedeckt sein — und achtet namentlich auch darauf, daß alle Haare ringsherum an der Grenze des Haarwuchses gut mit in den Brei vergraben sind. Schließlich sieht man nach Beendigung dieser 10—15 Minuten dauernden Prozedur kein einziges Haar aus der den Kopf wie eine Pechkappe zudeckenden grünen Masse hervorragen.

Man bindet nun, wenn man es nicht schon vorher gethan hat, ein dickes Leintuch fest um den Hals, um vor einem etwa aus dem Brei herablaufenden Tropfen Wasser sicher zu sein, und verhält sich nun ruhig auf bequemem Stuhl, ohne die Breikappe irgendwie anzurühren, es sei denn, daß man noch einige widerspenstige Härchen zu Gesicht bekommt, die man dann natürlich gern mit etwas noch übrigem Brei bedecken kann. Die Breikappe beginnt alsdann dunkler zu werden und nimmt allmählich eine schöne dunkelviolettschillernde Farbe an und bei längerem Liegen trocknet sie dann an der Oberfläche ein. — Je länger nun der Brei im Haare liegen bleibt, desto dunkler fällt die Färbung aus. Um schönes glänzendes Schwarz zu erreichen, läßt man ihn — immer eine gute Zimmertemperatur vorausgesetzt — etwa drei bis vier Stunden liegen; für braun genügen mit dem oben dafür angegebenen Gemisch etwa 2 bis 2½ Stunden.

Nach Ablauf der im voraus festgesetzten Frist nimmt man

die Zöpfe vom Kopf und spült dann das Pulver wieder aus dem Haare heraus. Die Hauptsache dabei bleibt es immer, recht viel Wasser auf einmal (aus einem Litertopf) auf den über ein großes Waschbecken gehaltenen Kopf zu gießen, so daß das Haar an der betreffenden Stelle geradezu damit überschwemmt wird. Dabei unterstützt man die Wirkung des Wassers ganz außerordentlich durch den fleißigen Gebrauch des weiten Kammes, mit dem man während des Übergießens fortwährend bis auf die Haut kämmen muß. Man gebraucht zum Ausspülen des Pulvers sehr viel Wasser und zuweilen wohl eine halbe Stunde Zeit, da man nicht eher aufhören darf, als bis das Wasser vollkommen klar aus dem Haare wieder abfließt. Dies Ausspülen ist überhaupt das einzige nicht ganz Angenehme, aber wenn man es sich vorher überlegt hat, daß man nötigenfalls eine halbe Stunde daran wenden will, so kommt man auch darüber hinweg. Ich habe in genau 3½ Stunden vom Aufmachen der Frisur an gerechnet bis zum letzten Abtrocknen des Kopfes Damenköpfe prachtvoll schwarz gefärbt, was denen zum Trost ausdrücklich gesagt sein mag, welchen die Sache zu umständlich erscheint, und denen, die bei der auch im übrigen recht umständlichen Höllensteinfärbung fünf bis acht oder bei der Bleifärbung gar zwölf Stunden zugebracht haben.

Zum Schluß wird das Haar getrocknet und die Färbung ist für diesmal beendet. Aber die wirklich erzielte Farbe läßt sich erst nach fünf bis sechs Stunden, also am andern Morgen — man färbt am besten abends oder gegen Abend — beurteilen, weil es doch der mehrstündigen oxydierenden Einwirkung des Sauerstoffs der Luft bedarf, um den Farbstoff ordentlich zu entwickeln, und dunkelt in den nächsten Tagen immer noch etwas nach.

Gut gefärbtes Haar zeigt aber sofort nach dem Trocknen, noch ehe es irgendwie gefettet ist, jenen wunderschönen Glanz, der die persische Haarfärbung auszeichnet. Wenn das Haar

nicht sofort nach dem Trocknen diesen Glanz aufweist, sondern „blind" und glanzlos erscheint, so ist eben aus irgend einem Grunde die Färbung mißglückt; die Farbe ist dann auch nicht echt, sondern färbt ab und man muß lieber gleich nachfärben.

Man darf nun aber nicht eher mit einer fettigen Bürste oder einem fettigen Kamm das Haar berühren, als bis man die Farbe befriedigend findet oder bis alles Pulver aus dem Haar entfernt ist. Falls die Färbung unbefriedigend ausfiel, was leicht eintritt, wenn die Zimmertemperatur auf oder unter 18° R. sank, wenn man zu viel an dem Kopf herum rührte oder wenn man für die beabsichtigte Farbe den Brei nicht lange genug liegen ließ, müßte man eben sofort die Färbung wiederholen und sparte dann die vorherige Entfettungswäsche, wenn man bis dahin kein Fett wieder hineingebracht hat. Andererseits gelingt so die Entfernung der letzten Pulverreste mit einer fettlosen, trockenen, dichten Bürste stets viel besser, als wenn das Pulver durch Fett oder Feuchtigkeit im Haar festgehalten wird. — Schon öfter konnte ich die Beobachtung machen, daß die Färbung eines schon vorher gefärbten Haares und namentlich die Nachfärbung unmittelbar (oder am folgenden Tage) nach einer mißglückten Färbung stets viel schöner ausfällt, als diejenige eines bis dahin ungefärbten, mit andern Worten, daß auch bei guter Ausführung die erste Färbung nie so schön ausfällt als die folgenden.

Nach sechs bis zehn Wochen, je nach der Schnelligkeit des Wachstums des Haares, wird eine Neufärbung erforderlich, weil die Wurzelstücke sämtlicher weißen Haare weiß aus der Haut nachwachsen. Bei der Nachfärbung, die im übrigen — namentlich hinsichtlich der Temperatur — allerdings genau ebenso gemacht wird wie die erste Färbung, hat man eins zu beachten. Die Haarfarbe ist durchaus echt, man muß also bei den späteren Färbungen ein schwächer färbendes Gemisch benutzen, also etwas weniger Reng nehmen zur gleichen Menge Henna. Man würde sonst die Farbe der be-

reits gefärbten Haare zu sehr verstärken. Es wird nun zwar der junge Nachwuchs, namentlich am Scheitel, nicht ganz so dunkel wie das übrige Haar, aber es macht das nicht viel aus, weil das Stück ja sehr kurz ist und als etwas helleres Anfangsstück auch nicht weiter auffällt.

In jeglichem Thun wird die Vollkommenheit erst mit der Zeit und mit der durch die Übung bedingten Erfahrung erreicht, und gerade hinsichtlich des Farbentones muß die praktische Erfahrung des Einzelnen allmählich das Richtige treffen lehren; das ist bei der persischen Haarfärbung nicht anders als bei den andern Methoden.

Es sei hier gestattet, einen sehr interessanten Brief einer Dame wiederzugeben, deren Vater mehrere Jahre lang bei der deutschen Gesandtschaft in Konstantinopel war. Der Brief ist eine Antwort auf einen Brief von mir in Sachen der persischen Haarfärbung.

„Hirschberg i. Schl., den 26. Juni 1886.

„Meine Mutter beauftragt mich, Ihnen die verschiedenen Fragen, so gut es mir möglich ist, zu beantworten, da ich selbst den Versuch gemacht habe, mit Henna und Reng zu färben, das mir aus Konstantinopel bekannt ist. Schon als Kind hatte ich einige weiße Haare, die, je älter ich wurde, sich vermehrten. Nach einem im vorigen Jahre überstandenen Scharlachfieber fielen mir die Haare sehr stark aus und der Nachwuchs war stark mit weißem Haar vermischt. Da ich erst Mitte der Zwanzig bin, wo ich noch nicht berechtigt bin weiße Haare zu haben, so fiel das natürlich sehr auf und war für mich peinlich. Da las ich von Ihrem Buch „Die Haut und das Haar," das mir eine wahre Freude ist zu besitzen. Hier traf ich auf das mir bekannte Reng und Henna und beschloß, einen Versuch damit zu machen.

„Vor zwei Jahren war ich in Konstantinopel und habe dort in den türkischen Bädern öfter der Färbung zugesehen, die allerdings nur schwarz oder dunkelbraun war. Man färbt dort ausschließlich in den Bädern, da es bei Vornehm und gering Sitte ist, wenigstens einmal wöchentlich zu baden. Vornehme Leute bringen sich ihre

eigene Dienerin mit; die keine solche haben, lassen sich von den Badedienerinnen bedienen.

„Die Orientalen entfetten ihr Haar durch Waschen mit Seife. Man hat im ganzen Orient als gewöhnliche Waschseife eine milchweiße Ölseife, ähnlich der Marseiller Seife, nur nicht so fein, und im Geruch unserer gewöhnlichen Seife, die man in Deutschland zur Wäsche nimmt, ähnlich. Die Seife in Konstantinopel schäumt auch ebenso wenig wie die Marseiller Seife, ist überhaupt letzterer sehr ähnlich, aber viel billiger und wird zur Wäsche wie in den Bädern benutzt. Zum Gesicht verwenden nur arme Leute die Seife. Dagegen wäscht sich die Orientalin mit dieser Seife wöchentlich 1—2 mal den Kopf. Zu diesem Zweck wird alles Haar von dem Nacken nach vorn gekämmt, naß gemacht und mit einem Stück Seife eingerieben. Nach gehöriger Einseifung wäscht man das Haar und die Kopfhaut tüchtig mit den Händen und spült dann mit lauem Wasser klar, so daß gar keine Seife im Haar wie auf der Kopfhaut bleibt. Vor der Färbung wird das Haar genau ebenso gewaschen. Ich will mich nun bemühen, folgerichtig Ihre einzelnen Fragen zu beantworten: Ihre Darstellung ist ganz zutreffend, nur sah ich in Konstantinopel den dicken Brei mit den Händen in dem losen ungeflochtenen Haar von der Badedienerin durchkneten*) und dann den Brei in das Haar einschmieren, wobei darauf zu achten ist, daß die Haarsträhne nicht auf den Vorderkopf zu liegen kommen; bei Schwarzfärbung ist es gleich, bei braun wird die Farbe zu dunkel. — Wie viel (Gramm) Pulver man nimmt, kann ich nicht sagen, ich habe den Kopf reichlich damit bedeckt gesehen. Das Haar war von der Masse vollständig bedeckt, die losen Strähne ganz mit dem Brei verschmiert und nach dem Hinterkopf befestigt resp. eingehüllt. — Den Brei habe ich immer dick gesehen. — Daß es zum Gelingen einer guten Färbung gehört, daß der Brei auf dem Kopf trocknet, also an der Oberfläche Risse zeigt, glaube ich nicht, da bei meinem neulichen Versuch der Brei zu dünn geraten, also nach drei Stunden noch feucht war. Trotzdem war die Färbung sehr gut ausgefallen, worüber ich später berichten werde. — Um die Hände zu schützen, be-

*) Die Einflechtung in ganz locker geflochtene Zöpfe soll die Sache nur erleichtern, insofern als sie beim Auflösen des in einem Klumpen zusammenliegenden Haares das Verfilzen verhindert.

nutzte ich erst Handschuhe, war aber sehr ungewandt damit und nahm daher die bloßen Hände, wusch dieselben sofort, nachdem ich mit dem Breiauftragen fertig war, mit heißem Wasser und schabte die dunkel gewordenen weichen Nägel mit einem scharfen Messer sofort ab. Nachdem ich den Brei aus den Haaren gewaschen, schabte ich nochmals die Nägel ab, die denn auch gar nicht gelitten haben. — Im Übrigen habe ich ganz nach der von Ihnen angegebenen Art gefärbt. Ich trug den Brei erst auf die Stellen auf, die am meisten weiß waren, dann über den ganzen Kopf und in die losen Haarsträhne. Mein sonst kastanienbraunes Haar ist nach der Färbung etwas dunkler geworden, hauptsächlich die Seite nach dem Ofen zu; darum glaube ich, daß es besser ist, beim Färben nicht so nahe am Ofen zu sitzen. Dann habe ich noch die Beobachtung gemacht, daß das Haar am Hinterkopf, dem ich nicht die gleiche Sorgfalt zuwenden konnte und das ich nur wenig mit Brei bedeckte, viel heller geblieben ist. Darum werde ich bei einem zweiten Versuch, der schon lange notwendig ist, weniger Brei nehmen. — In Konstantinopel färbt man nur in den Bädern, die vorzüglich eingerichtet sind, mit Wasserheizung versehen und süßes Wasser in Fülle haben. Wannen zum Baden giebt es nicht, man stellt sich an einen Wasserhahn und wäscht sich tüchtig ab, wird alsdann frottiert und geht darauf in ein weniger heißes Gemach, um den Temperaturübergang zu mildern. In den türkischen Bädern ist die Temperatur bis zu 20° R. — Meines Wissens giebt es keinen besonderen „Pfiff“ bei dem Färben, es sei denn, daß die feuchte Wärme in den türkischen Bädern, dazu die Übung der Badedienerinnen zum Gelingen beiträgt. Das Färben ist dort ganz allgemein, außerdem sagen die Leute, daß es das Haar konserviere. Ich habe auch überall gesehen, daß man den Brei während des Färbens ruhig liegen läßt ohne daran zu rühren. Ich selbst habe es eben so gemacht. Ich selbst bin mit dem Reng und Henna aus Reinfeld vollkommen zufrieden gewesen, da bei mir die Färbung vollständig zu meiner Zufriedenheit ausgefallen ist, wie gesagt nur etwas zu dunkel am Vorderkopf. Ich glaube, um eine hellere Farbe zu erzielen, muß man weniger Brei nehmen, da ich ja am Hinterkopf meine eigentliche Haarfarbe behalten habe.

Nehmen Sie, geehrter Herr Doktor, die Versicherung u. s. w.

Ihre ergebene

Klara Gr.“

Seit obige Mitteilungen an dieser Stelle gegeben worden sind, hatte ich Gelegenheit, mir dieselben von einem deutschen Arzte Dr. H. aus Ispahan in allen wesentlichen Punkten bestätigen zu lassen und andererseits eigene Erfahrungen zu sammeln und von denen anderer zu hören. Aus letzteren ersehe ich nun und das halte ich mich verpflichtet, hier mitzuteilen, daß nicht alle glücklich mit der persischen Haarfärbung gewesen sind. Die Hauptklage läuft darauf hinaus, daß die Farbe nach einiger Zeit einen violetten Schein annehme, ähnlich dem bläulichen Schein, den man an manchem tiefschwarzen Haar (z. B. bei manchen Juden) wahrzunehmen manchmal Gelegenheit hat, der aber in Europa nicht für schön gilt. Manche geben an, daß dieser violette Schein sich nur an ganz bestimmten Abschnitten des Kopfhaares finde und auch nach jeder Wiederholung der Färbung immer wieder an derselben Stelle auftrete. Der darum befragte Dr. H. meinte nun, das möge wohl daran liegen, daß hier das Klima ein so gänzlich anderes sei, was sicher einen Einfluß auf die Natur des Haares ausübe. Man habe gar keinen Begriff davon, wie trocken die Luft in Persien und überhaupt in Vorderasien sei. Es mag ja immerhin sein, daß das Klima einen gewissen Einfluß übt, aber die Hauptursache eines etwaigen Fehlschlagens wird man in dem Umstande suchen müssen, daß das Färben vielfach unter recht ungünstigen äußeren Verhältnissen ausgeübt wird. Denn da bei uns zu Lande das Färben nicht Sitte ist, sondern meist nur heimlich betrieben wird, so ist es verständlich, daß ein Beginnen, das immerhin einige Umstände und Zeit erfordert unter der Heimlichkeit, mit der es in manchen Fällen betrieben wird, leiden muß.

Zum Schluß verdient es noch erwähnt zu werden, daß man ebenso, wie bei den Wallnußschalen, vielfach vergeblich versucht hat, die Farbe aus dem Reng in wirksamer Form herauszuziehen; es geht das aber aus dem einfachen Grunde nicht, weil in dem Pulver nicht die fertige Farbe ent-

halten ist, sondern nur die Vorstufe einer solchen, nämlich das Indigoweiß. Durch die Einwirkung des Wassers bei der Temperatur des Körpers geht die chemische Umwandlung des Indigoweiß in Indigoblau vor sich, wie man äußerlich schon sieht: der grüne Brei wird in wenigen Stunden dunkelviolett auf dem Kopf. Dieser chemische Prozeß allein bewirkt die Färbung des Haares.

Die Vorteile der persischen Haarfärbung sind in die Augen springend. Sie ist vor allen Dingen vollkommen unschädlich. Das Pulver kann sogar ohne jeglichen Nachteil in Mund und Augen kommen. Die Perser benutzen sie ja in der ausgesprochenen Absicht, der Kopfhaut zu nützen. Inwieweit man diese Färbungsmethode im Sinne der Perser zum Schutz gegen die Kahlköpfigkeit benutzen kann, müssen erst weitere Erfahrungen lehren. Ein ungemein großer Vorzug der persischen Haarfärbung vor jeglicher andern Haarfärbung besteht darin, daß nur die Haare, aber durchaus gar nicht die Kopfhaut gefärbt wird. Als Färbemittel für lichte Augenbrauen ist das Mittel ganz vorzüglich geeignet.

Schließlich darf nicht unerwähnt bleiben, daß der Reng leicht verdirbt, sobald er Feuchtigkeit anzieht, so daß man ihn in wohlverkorkter, vorher gut ausgetrockneter, in dunkles Papier gewickelter Flasche aufbewahren muß. Die geringste Feuchtigkeitsmenge reicht hin, um in dem Reng den chemischen Prozeß hervorzurufen, der im Haar die Färbung bedingt, so daß derselbe dann natürlich unwirksam wird. Deshalb verdirbt auf der etwa vier Monate dauernden Karawanen- und Schiffsreise via England fast regelmäßig ein sehr großer Teil von dem Reng, ja, es kommt vor, daß die ganze Sendung als feuchter, verdorbener Klumpen hier ankommt. Dadurch wird der Reng sehr verteuert.

Ehe man wirklich schön und vollkommen färben kann, muß man natürlich immerhin einige Erfahrung damit gemacht haben, was bei anderen Färbemethoden nicht anders ist. Aber

man darf sich die Sache auch nicht zu schwierig vorstellen. Was in einem Lande wie Persien, wo Intelligenz und Wohlhabenheit nicht gerade zu Hause sind, sogar der Geringste kann, wird auch bei uns wohl jedem ausführbar sein; die Färbung würde wohl nicht so allgemeine Sitte sein, noch in so jahrtausende langer Übung stehen, wenn sie Schwierigkeiten böte. Beim ersten Mal, wo einem ja alles noch zu neu und zu wenig vertraut ist, wird man lange nicht so schön und sicher färben, als bei der dritten und vierten Färbung. Das ist überall so und wie bei allem, so gilt auch hier das Wort: Übung macht den Meister.

24. Der Bart und seine Pflege.

Schon an verschiedenen Stellen war gelegentlich vom Bart die Rede, und wenn demselben hier noch ein besonderer Abschnitt gewidmet wird, so hat das seine Ursache in dem großen Interesse, das dieser Zierde der stärkeren Hälfte der Menschheit von vielen Seiten zugewandt wird.

Zunächst wird mancher die Frage beantwortet haben wollen: Weshalb der Mann überhaupt einen Bart hat? Eine Frage, die sich wohl eben so schwer beantworten läßt, wie die Gegenfrage: Warum der Löwe zum Unterschied von der Löwin eine Mähne trägt? Übrigens giebt es ganze große Völkerschaften, bei denen der Bartwuchs ungemein geringfügig ist. So sagen die Perser spottweise von den unter ihnen wohnenden Mongolen (Turkomanen, die in Haar- und Bartwuchs ganz den chinesischen Typus haben): „Sie haben in ihrem Bart 10 Haare in 20 Reihen," also in jeder Reihe ein halbes Haar. Will man Antwort auf obige Frage haben, so muß man einen Sekundaner fragen, der nicht eine Sekunde zögern würde, denselben als die höchste Zierde des starken Geschlechtes und als

unabweisbares Merkmal männlicher Würde zu erklären, eine Erklärung, die man so lange muß gelten lassen, als man keine bessere an ihre Stelle zu setzen weiß.

Leider kann man nicht jeden Bart für eine Zierde erklären, im Gegenteil sind die hübschen Bärte recht selten, die meisten Bärte verdanken ihr Dasein auch nicht ihrer Schönheit, als vielmehr der Bequemlichkeitsliebe ihres Besitzers, der die mit dem Rasieren verbundenen Unbequemlichkeiten und die Zeitopfer an ein glattes Gesicht nicht wenden mag. Es giebt im Gegenteil außerordentlich viele häßliche Bärte, die dem Gesicht alle Lebendigkeit und allen Ausdruck nehmen und es unter der unbeweglichen Maske eines gemeinen, unschönen Ausdrucks verstecken. Ist so ein Bart einmal den Bitten der jungen Frau, die ihren Mann ohne diese „Zierde" für schöner hält, zum Opfer gefallen, so ist man erstaunt über die große dadurch im Gesichtsausdruck herbeigeführte Veränderung. Das gilt aber nicht bloß für ganze Bärte, sondern häufig in noch erhöhtem Maße für die Façonbärte, die einige um jeden Preis zu erzwingen suchen, ohne eine Ahnung davon zu haben, daß jeder Bart anders behandelt sein will. Jeder hat seine Eigentümlichkeit, die man ihm mit Verständnis ablauschen und pflegen muß, falls es überhaupt der Mühe wert ist. Manchem gefällt ein über den Mund herabhängender Blücherscher Schnurrbart über die Maßen, daß er um alles durch solch einen Bart seinen Mitmenschen imponieren möchte, und er begreift gar nicht, daß er durch seinen dickborstigen Schnurrbart, dessen Haare wie die Borsten eines Stubenbesens nach allen Seiten auseinanderstarrend in die Luft ragen, zur Karrikatur wird. Unbegreiflich ist überhaupt, wie sich jemand verstehen kann zu einer jener häßlichen, unnatürlichen Bartformen, die an sich schon aller Zier und Schöne Hohn sprechen, z. B. jene Form von Bart, welche als ein etwa daumenbreiter und noch dazu wie eine Taschenbürste kurzgeschorener Bartstreifen von einem Ohr unter dem Kinn entlang bis zum andern zieht; eine ebenso geschmack-

lose Abänderung desselben Themas, eine wie es scheint bei Engländern (und Anglomanen) besonders beliebte Form, besteht darin, diesen Bürstenstreifen vom Ohrläppchen bis zum Mundwinkel verlaufen zu lassen. Ebenso steht es wenigen gut zu Gesicht, wenn sie sich den Bart im Bereich des Gesichts wegrasieren, dagegen alles wachsen lassen, was am Hals und unter dem Kinn nur wachsen will, oder wenn sie wie manche Geistliche nur Oberlippe und Unterlippe rasieren.

Jemand, der einen Bart als eine wirkliche Zierde und als männlichen Schmuck tragen will, hat sehr wohl zu überlegen, ob ihm überhaupt ein Bart zu Gesicht steht, ob er einen Vollbart tragen kann oder muß, oder ob er sich den Luxus eines Façonbartes gestatten soll. Dabei kommt es nicht nur auf die Gestalt des Kopfes, die Form des Gesichts und seiner einzelnen Teile (Nase, Oberlippe 2c.), sondern auch auf die Gestaltung des Bartes in seinen einzelnen Teilen, und besonders auch der einzelnen Barthaare und ihres Gesamteindruckes an, ob die Haare dickborstig und gerade, oder dünn, weich und wellig, ob sie gefällig einander anliegen, oder partienweise nach verschiedenen Richtungen auseinanderstehen, ob sie zu dünn oder zu dicht gewachsen sind u. dergl.

In der Zeit, die man ganz bezeichnend als die Zopfzeit bezeichnet, wäre es ganz unerhört gewesen, wenn jemand einen Bart hätte tragen wollen, es gab nur glattrasierte Gesichter, so daß wohl mancher sein Leben lang keinen Bartwuchs mag zu sehen bekommen haben. Der Bart galt jedenfalls als etwas höchst Unzivilisiertes, als ein Zeichen von Roheit und Unkultur, höchstens gut genug für den unwissenden Bauern vom Lande oder den Soldaten. Die französische Revolution, die so vieles von alten Rechten und Sitten in Scherben schlug, warf auch Zopf und Perücke über Bord, aber es bedurfte erst einer Jahrzehnte lang dauernden Kriegsperiode, um dem Bart nur Duldung zu verschaffen. Und merkwürdig genug, auch heute steht noch die Sitte des Barttragens im engsten Zusammen-

hang mit dem politisch-sozialen Leben, und ihr Ursprung ist ein revolutionärer. In dem Grade nämlich, als die in der Revolution von 1789 proklamierten Ideen und die „Menschenrechte“, auf die man sich bei jeder folgenden Revolution von neuem wieder besann, an Boden gewannen, ließ sich die Menschheit den Bart ein Stückchen länger und freier wachsen, als sichtbares Zeichen, daß sie nicht bloß in politischer, sondern auch in gesellschaftlicher Beziehung durchaus mit allem Althergebrachten gebrochen habe. Wie man die frühere Zeit als das Zopf- und Perückenzeitalter charakterisierte, so hat man folgerichtig in den ersten Jahrzehnten unseres Jahrhunderts von Demagogenbärten und in den Revolutionsjahren von 1830 und 1848 von Demokratenbärten (NB. und den ebenso charakteristischen Demokratenhüten) gesprochen. Nachdem nun ein langes Jahrhundert dazu gehört hat, um die volle Emanzipation des Bartes durchzusetzen, liegt die Frage nahe, was bei einer zukünftigen Revolution aus dem Barte werden wird? Weiter als jetzt die Sitte geht, die den Vollbart von unbeschränkter Größe und Länge gestattet, kann sie doch nicht gehen. Man darf sich beruhigen über diesen Punkt. Wenn wirklich zwischen dem Bartwuchs und der politischen Anschauungsweise, insbesondere aber mit den Ideen von 1789 ein Zusammenhang oder ein Parallelismus besteht, so hat der Bart keine Vergrößerung zu befürchten, denn jene haben sich überlebt, nachdem sie ihre Aufgabe erfüllt und sich im Übrigen als unfruchtbar erwiesen haben. Wenn wiederum einmal eine Revolution die Menschheit in ihren Grundfesten erschüttern sollte, was ja leider nicht unmöglich ist, so werden ihre treibenden Gedanken ein anderes Gesicht zeigen, indem sie nicht dem politischen, sondern dem sozialen und religiösen Gebiet ihre Triebkraft entnehmen, und sie werden sich auf andere Weise, vielleicht in der Kleidung einen bezeichnenden Ausdruck zu verschaffen suchen, wenn sie den Bart überhaupt „ungeschoren“ lassen.

Nach dieser kleinen Abschweifung, welche zeigen sollte, wie es kommt, daß auf dem Gebiete der Kosmetik und des Geschmacks, wo man eigentlich nur die Gesetze der Schönheit als die herrschenden und leitenden vermuten sollte, auch andere Gesichtspunkte mitbestimmend auf den einzelnen einwirken, kehren wir zurück zu unserem Gegenstand, um zunächst zu bemerken, daß die Sitte hinsichtlich der Tracht des Bartes dem einzelnen eine unendlich viel größere Freiheit läßt, als im Jahrhundert des Zopfes, eine Freiheit, die jeder zu seinem Vorteile ausnutzen sollte. Während vor hundert Jahren keinem, der Anspruch auf Zugehörigkeit zur „Gesellschaft" machte, das Tragen des natürlichen Haares und des Bartes gestattet gewesen wäre, erlaubt es unsere Zeit der bärtigen Gesichter dennoch jedem, einigermaßen nach seinem Belieben einen Bart zu tragen oder nicht, wenngleich ein völlig „glattrasiertes" Gesicht immer etwas Auffallendes an sich hat.

Sehr Viele, die sich dessen wohl bewußt sind, mit ihrem häßlichen Bart nichts weniger als eine Verschönerung ihrer werten Persönlichkeit zu erzielen, können sich dennoch nicht entschließen, unbärtig zu gehen, und das aus bloßer Gewohnheit und Bequemlichkeit. Man hört solche Herren ihren struppigen häßlichen Bart öfter mit Redewendungen verteidigen wie: „Die Natur gab uns den Bart; wir thäten Unrecht, wenn wir uns dieses Geschenks der Natur schämen und uns rasieren wollten." Es läßt sich ja wenig gegen eine derartige Verteidigung einwenden, doch kann man sich eines gewissen Mißtrauens gegen die Aufrichtigkeit dieser Beweisführung nur schwer erwehren, so lange diese Herren ihr Haupthaar, sowie ihre Hand- und Fußnägel, die ja ebenso ein Naturgeschenk sind, nicht gleichfalls wachsen lassen. Aber das ist auch nur eine Redensart, mit der sie ihre Bequemlichkeitsliebe verbergen wollen, weil sie in dem Irrtum befangen sind, der Bart bedürfe keiner besonderen Pflege. Der Bart bedarf fast noch sorgfältigerer Pflege als das Haar, denn er ist noch weit mehr Gelegenheiten zur Ver-

unreinigung ausgesetzt als dieses. Man denke nur an den nichtswürdigen Zustand des Schnurrbarts bei manchem Tabakschnupfer, der es kaum versteht, daß man die auf seiner Oberlippe errichtete Tabaksniederlage für höchst widerwärtig hält; oder man vergegenwärtige sich die widerliche und unappetitliche Art des Essens, die manchen Herren mit einem über den Mund überhängenden Schnurrbart eigen ist und von ihnen zuweilen in wunderbarer Begriffsverwirrung für etwas Schönes gehalten zu werden scheint. Jeder Bissen, jeder Löffel Suppe, jeder Schluck Wein oder Bier muß an dieses Haargitter des Mundes seinen Tribut abgeben, den sein Besitzer sofort mit gravitätischer Miene durch Einziehen des Bartes in den Mund und geräuschvolles Ablutschen desselben sich zu Gemüte führt. Und nicht bloß der Bart selbst, auch die ihn tragende Haut bedarf einer besonders sorgfältigen, durch die Anwesenheit der Haare erschwerten Reinlichkeitspflege, schon um nicht bei den Mitmenschen peinlichstes „Aufsehen“ durch den auf ihr abgelagerten Schmutz zu erregen.

So will also der Bart nicht bloß fleißig mit Kamm und Bürste geordnet, sondern mit samt der darunter befindlichen Haut täglich sorgfältig mit Wasser und mehrmals in der Woche auch mit Seife gewaschen sein. Einen über den Mund überhängenden Schnurrbart, den man nicht zur Seite gewöhnen kann, muß man bis zum Lippenrande kürzen lassen, wenn einem daran gelegen ist, keinen Anstoß und Widerwillen bei anderen wach zu rufen.

Über das Rasieren sind mancherlei irrige Vorstellungen verbreitet. Allgemein traut man ihm eine haarwuchsbefördernde Wirkung zu. Wenn sich ein junger Mensch, dem der erste Flaum auf der Lippe den heißen Wunsch nach einem Bart erweckt, heimlich rasiert und geduldig längere Zeit damit fortfährt, so wird natürlich der Bartwuchs allmählich stärker werden; er könnte aber eben so gut „Paul Bosses Original Mustache-Balsam“, bei dem der „Erfolg innerhalb 4 – 6 Wochen garan-

tiert wird", und andern ähnlichen industriellen Bartdünger verwenden. Das Rasieren ist genau ebenso zu beurteilen, wie das Haarschneiden, wovon schon ausführlich die Rede war. Aber allerdings kann man auch dem Rasieren weiter keine nachteiligen Folgen nachsagen, so lange es mit einem scharfen, guten und reinen Messer ausgeführt wird. Aber eins darf hier nicht unerwähnt bleiben: Die Rasierflechte.

Manche Herren und namentlich solche, die den Uniformrock oder überhaupt einen Rock mit hoch am Halse schließendem Kragen tragen, leiden an einer fleckigen Röte am Halse, die sich durch lästiges Jucken unangenehm bemerkbar macht. Bei genauerem Zusehen gewahrt man bis erbsengroße rote Knoten, auf deren Höhe meistens ein Haar steht. Das Ganze macht den Eindruck von sehr „unreinem Teint", nur daß er in dem unter dem Kinn und am Halse befindlichen Teil des Bartes seinen Sitz hat. Diese Rasierflechte beruht auf der Anwesenheit eines Pilzes, der hier am Halse auf dem enganliegenden, selten von Fett und Schweiß freiem Kragen außerordentlich günstige Lebensbedingungen vorfindet. Rasiert man nun mit etwas stumpfem, schartigen Messer in einer die Haut reizenden Weise, so siedelt sich der Pilz leicht auf diesen Stellen an, sofern sie im Bereich des Kragens liegen. Von hier aus kann sich die Rasierflechte nach und nach über den ganzen Bart verbreiten. Übrigens kann die Rasierflechte auch von andern Stellen des Bartes ihren Ausgang nehmen, wenn sie durch schlechte und unreinliche Rasiermesser dahin übertragen wird. Am besten bewahrt man sich davor durch ein eigenes und gut im stande gehaltenes Rasiermesser, da man nie wissen kann, was für Leute der Barbier vorher bedient hat und welchen Grad von Reinlichkeit er an seine Messer wendet.

Was die Bartseifen oder Rasierseifen anlangt, so sind das meist stark schäumende Kaliseifen, von denen alles das gilt, was überhaupt von Seifen zu sagen ist. Jede gute, milde, nicht ätzende Seife kann als Rasierseife verwendet

werden, doch werden dazu am meisten die Neapel-Bartseife, die „duftende Bartseife“ (Crême d'ambrosie) und Mandelseifen-Crême benutzt.

---

25. Die Bartfinne.

Durch Entzündung der Haarbälge können sowohl auf dem Kopfe wie im behaarten Gesicht äußerst entstellende Krankheiten entstehen, die man nach ihrer äußeren Ähnlichkeit unter demselben Namen „Bartfinne“ (Sycosis) zusammenfaßt. Die Entzündungen der Haarbälge werden durch verschiedene Ursachen hervorgerufen, oder besser gesagt durch verschiedene Parasiten. Schon in einem früheren Kapitel ist die scherende Flechte besprochen worden als eine Krankheit des behaarten Kopfes. Diese selbe Krankheit bietet, wenn sie ihr Wesen im Gesicht hat, zuweilen gänzlich andere Erscheinungen. Wohl entstehen auch hier runde, gegen das Gesunde scharf abgegrenzte Krankheitsherde, aber dabei kommt es gleichzeitig zu tiefgehenden Entzündungen aller im Bereich der erkrankten Stelle gelegenen Haarbälge; das Ganze bildet eine höckerige, rote, eiternde, sehr schmerzhafte und äußerst entstellende Erkrankung. Fast dasselbe Krankheitsbild entsteht auch bei Entzündung der Haarbälge des Bartes (Gesichts) durch andere Ursachen bezw. mikroskopische Parasiten. Die scherende Flechte entsteht innerhalb weniger Wochen, ist scharf abgesetzt gegen das Gesunde und hat mehr oder weniger Kreisform und greift auch hinüber auf nicht bärtige Teile der Gesichtshaut. Die gewöhnliche Bartfinne entwickelt sich viel langsamer, und zwar nur im Barthaar, ist nicht so fest umgrenzt, sondern befällt ganz unregelmäßig bald hier, bald da ein Barthaar mit seinem Haarbalg, so daß erkrankte und gesunde bunt durch einander stehen können. Schließlich werden aber doch alle Haarbälge im Bereich der erkrankten Stelle befallen. Besonders häufig beginnt die Er-

krankung an der Oberlippe, im Anschluß an eine Erkrankung der Nasenschleimhaut, und geht von hier aus weiter. Sie heilt ohne ärztliche Behandlung kaum je ab, bringt bei jahrelangem Bestande eine schauderhafte Entstellung des Kranken mit sich und ist ein sehr peinvolles Leiden. Die Schmerzen sind zuweilen so groß, daß die Kranken nicht den Mund öffnen können zum Essen. Von selbst endet die Krankheit meist erst nach Zerstörung sämtlicher erkrankten Haarbälge und Zurücklassung zahlreicher Narben.

Die verschiedenen Formen dieser Bartfinne sind nun aber zum Glück unter sachkundiger ärztlicher Behandlung in verhältnismäßig kurzer Zeit der völligen Genesung zuzuführen. Leider läßt sich hierüber keine Mitteilung machen, da die Behandlung nicht so einfach ist. Denn je nach der Zeitdauer, der Ausbreitung und dem Zustande der Erkrankung sind die zu ergreifenden Maßregeln gänzlich verschiedene.

---

26. Die knotige Auftreibung und Spaltung der Barthaare.

Unter der knotigen Auftreibung versteht man eine in ihrem Wesen vorläufig noch nicht ganz aufgeklärte Krankheit der Barthaare. An irgend einer Stelle eines Barthaares oder auch an mehreren beliebig von einander entfernten gewahrt man im Haar ein weißliches Knötchen. Schneidet man das Haar ab, so bemerkt man, daß es an den bezeichneten Stellen vollkommen seine Steifigkeit verloren hat und wie eine Zündkerze von Wachs oder wie ein grüner Grashalm bei zu starker Biegung einknickt. Schiebt man das Haar zusammen, so gewinnt es das Aussehen, als drängte man zwei Borstenpinsel mit ihren Borsten gegen einander, als wäre das Haar in unzählige Fasern besenartig zerspalten, ein Eindruck, den die mikroskopische Unter-

suchung bestätigt. Dabei hat es eine bedeutende Einbuße an seiner natürlichen Festigkeit erlitten, so daß es bei einem etwas stärkeren Zuge an diesen Knickungsstellen außerordentlich leicht reißt oder abbricht.

Diese knotige Zerfaserung betrifft vielfach nur einige wenige Barthaare, zuweilen aber so viele, daß der Bart wie zerfressen oder angesengt dadurch aussieht. Über die Natur des Übels ist man nicht so recht im Klaren, doch scheinen einige Umstände darauf hinzuweisen, daß es sich nicht um eine eigentliche Krankheit des Haares, sondern nur um die Folgen äußerer Mißhandlung, d. h. zu starken, oft wiederholten Reibens, z. B. beim Abtrocknen, handelt. Darauf scheint es hinzudeuten, daß diese knotige Auftreibung öfter bei Personen entsteht, welche sich wegen irgend einer Hautkrankheit und des dabei bestehenden Juckens viel kratzen oder Einreibungen machen, namentlich an den Stellen des Bartes, wo derselbe eine harte Unterlage hat, wie am Unterkiefer, und wo das Barthaar selbst stark und borstig ist. Aus diesem Grunde nützen auch Einreibungen nicht. Weitere böse Folgen hat der Zustand nicht, man thut aber gut, eine Zeit lang den Bart zu rasieren, jedenfalls solange der Juckreiz besteht und die Wiederkehr desselben fürchten läßt.

Anhang.

Salzfluß und Beingeschwüre.

Ursprünglich lag es in meiner Absicht, neben anderen Erweiterungen dieses Buches in der vierten Auflage zwei Krankheitszustände zu besprechen, die wie die Nasenröte auf einer Erweiterung der Blutgefäße der Haut beruhen und gewöhnlich bei Laien und Ärzten nicht die verdiente Würdigung erfahren; es sind das der Salzfluß und der Frost. Die Schnelligkeit jedoch, mit der sich der Druck einer vierten Auflage nötig machte, erlaubte mir nur, die Sache hier in einem Anhang zu behandeln.

Der Salzfluß (offene Beine, Beinschaden, Beingeschwür) gehört zu jenen Leiden, deren Entstehung man ruhig zusieht und jahrelang unthätig gegenüber zu stehen pflegt, weil sie in ihren Anfängen und während ihrer ersten Entwickelung gewöhnlich wenig Beschwerden machen. Ihre Entstehung läßt sich in den allermeisten Fällen zurückführen auf Krampfadern, und weil diese sich aus bekannten Gründen viel häufiger bei verheirateten Frauen finden, als bei der übrigen Menschheit, so leiden an Beingeschwüren die Frauen ganz unverhältnismäßig viel häufiger als die Männer. Und nicht bloß jene fingerdicken Krampfadern, die durch ihre massenhafte Schlängelung große grau und blau durchschimmernde Pakete unter der Haut bilden, sondern auch jene feinen grashalm- bis strohhalmdicken, unmittelbar unter der Hautoberfläche in reichlichen baumartigen Verzweigungen blauschwarz durchscheinenden feinen Krampfadern bergen die gleiche Gefahr in sich, weil beide in gleicher Weise Veranlassung zu Hautjucken geben.

Die Krampfadern sind Blutadern, die durch chronisch entzündliche Vorgänge in ihrer Wandung ins Maßlose erweitert und verlängert sind. Derartig erkrankte Blutgefäße können natürlich ihren Dienst nicht mehr richtig versehen und es kommt zu mehr oder weniger stark ausgebildeten Störungen im Blutkreislauf des Beines. Die

Störungen sind begleitet von einer gewissen Schwäche des Beines, leichter Ermüdung, Anschwellung der Füße, namentlich nach langem Stehen, und schließlich auch von Schmerzen („Krämpfen"), daher der Name Krampfadern. Diese schlechten Blutkreislaufsverhältnisse erklären zur Genüge die alte ärztliche Erfahrung, daß alle Knochenbrüche, alle Wunden und Hautkrankheiten am Unterschenkel ungemein schwierig und träge heilen. — Die Krampfadern pflegen mit einem mehr oder minder starken Jucken verbunden zu sein, das sich mit Vorliebe nach dem Ausziehen der Strümpfe einstellt und natürlich in ausgiebigster Weise befriedigt wird, oft sogar in so kräftigem Maße, daß kleine Kratzwunden entstehen. Wenn das Bein und der kratzende Fingernagel vollkommen rein waren, so heilen die kleinen Wunden, nachdem sie sich mit einer kleinen Kruste bedeckt haben, ohne weiteres wieder zu. Sehr oft aber mangelt es an dieser idealen Reinlichkeit; es kommen entweder schon beim Kratzen selber oder auch unmittelbar nachher geringfügige Mengen von Schmutz hinein, welche meist Pilze von einer jener Arten enthalten, die auch bei größeren Wunden die Rolle von Wundgiften spielen. Dadurch kommt es zu mehr oder weniger starker Rötung und Entzündung der Haut in der nächsten Umgebung der mit Krusten sich bedeckenden Kratzstellen und im Lauf der Zeit entwickelt sich daraus am Unterschenkel eine „trockene Flechte." Mit einer ans Wunderbare grenzenden Gleichgültigkeit sehen nun die Meisten der Weiterentwickelung des Übels zu und lassen ihm seinen Lauf zu einer Zeit, wo eine vollständige Heilung noch sicher und ohne besondere Mühe zu erreichen ist. Unter Verschlimmerung aller Erscheinungen stößt sich dann nach und nach — hauptsächlich infolge des immer sich vermehrenden (Juckens und) Kratzens — an einzelnen Stellen die Oberhaut ab und so entwickelt sich allmählich aus einer trockenen Flechte eine nässende Flechte, also der „Salzfluß". Die wachsenden Beschwerden fordern gebieterisch Abhilfe und es kommt nun die Zeit, wo eine Unzahl von Hausmitteln und vermeintlichen Heilmitteln angewendet werden, meistens ohne sichtbaren Nutzen. Der Kranke lebt sich auf diese Weise unvermerkt in die Überzeugung hinein, das Übel sei unheilbar, zumal abergläubische aus alter Zeit überkommene Vorstellungen wunderlichster Art täglich von den verschiedensten Seiten her auf ihn einwirken. Mit dem Salzfluß geht es ähnlich wie mit einer anderen für unheilbar gehaltenen Krankheit, dem Weichselzopf. Salzfluß und Weichselzopf sind im Grunde dieselbe Krankheit, nämlich nässende Flechte, die nur durch die verschiedene Örtlichkeit bedingte Abweichungen von einander zeigt. Die ausgesonderte Flüssigkeit hielt

man früher für „schlechte Säfte", die sich auf diese Art „einen Ausweg aus dem Körper suchten". Heute sieht man vernünftigerweise in dieser flüssigen Absonderung nichts anderes als eine Krankheitserscheinung etwa ebenso, wie es der eitrige Auswurf bei Hustenkrankheiten ist, der mit dem Erlöschen der Krankheit von selbst wieder aufhört. Daß nässende Flechte am Kopf und am Bein diese schlimme Form annimmt, liegt in rein örtlichen Verhältnissen, am Bein daran, daß der Rückfluß des Blutes zum Herzen infolge der abhängigen Lage schwieriger vor sich geht, als an den übrigen Körperteilen, und an den dadurch herbeigeführten Stauungen und Blutstockungen.

Unter dem Einfluß der gekennzeichneten Vorstellungen, die ein verhängnisvolles Hindernis für die Bemühungen zur Heilung zu bilden pflegen, entwickelt sich das Übel meist ziemlich ungestört immer weiter. In manchen Fällen genügt nun ein Stoß oder Schlag gegen die kranken Stellen, um diese nässende Flechte in ein Beingeschwür zu verwandeln oder wie man es auch nennt, in einen „offenen Beinschaden". Das letztere unterscheidet sich von jenem durch ein tieferes Eindringen der Entzündung in die Haut. War bei dem Salzfluß bloß die Oberhaut abgehoben, so fällt hierbei auch die Oberfläche der darunter liegenden Lederhaut der eitrigen Verschwärung anheim. Von diesem Zeitpunkt an pflegen die Erscheinungen des Beingeschwüres in den Vordergrund zu treten, während diejenigen der nässenden Flechte in der Umgebung des Geschwürs gewöhnlich abnehmen und vielfach auch ganz verschwinden. Zu einer freiwilligen Heilung des Geschwüres kommt es jetzt nur in den wenigsten Fällen, das Bein bleibt nun „offen", für Jahre und Jahrzehnte, abwechselnd Verbesserungen und Verschlimmerungen zeigend.

Die alte Medizin kannte ein wirksames Mittel zur Heilung nicht, wußte sich aber durch Eingehen auf die volkstümlichen Vorstellungen vortrefflich mit der Sache abzufinden. So ein alter Praktikus war nie verlegen um eine gute Ausrede. Er tröstete die Leute mit der Versicherung — an die er schließlich selbst glaubte — daß sie Gott danken sollten für so einen Beinschaden, das sei ein prächtiger Blitzableiter für alle möglichen anderen Krankheiten. Als Beweis dafür mußte der Umstand gelten, daß Beingeschwüre recht oft während eines längeren Krankenlagers zuheilten und nach Beendigung desselben, also nach dem Aufstehen, sofort wieder aufbrechen. An eine Heilung dürfe man deshalb gar nicht denken, denn „wenn die schlechten Säfte auf diesem Wege keinen Abfluß fanden", so „würfen sie sich unfehlbar auf die inneren Teile" und richteten unabsehbares Unheil an. Die heutige Medizin hat es nun gelernt, sich ohne die schlechten Säfte,

die ehemals eine so große Rolle spielten, zu behelfen und die Kranken stehen sich wahrlich nicht schlecht dabei. So heilt man denn heute, wenn es sich nur als möglich erweist, ohne jedes Bedenken Salzfluß und Beingeschwür, in denen man nichts anderes sieht als örtliche Hautkrankheiten, die durch Zusammentreffen mehrerer Ursachen und Ineinanderspielen verschiedener Krankheitszustände zu stande gekommen sind. Die Heilung des Leidens ist nun nicht grade immer eine leichte und jedem Arzt eigene, aber eine sehr dankbare Kunst. Aus den angeführten Gründen und wegen seines Sitzes, sowie wegen der jahrelangen Dauer des Leidens bietet die Heilung einige Schwierigkeiten, die außer einiger Geduld auch Kenntnis und Erfahrung auf dem Gebiet der Hautkrankheiten erfordert. Denn mit dem Gebrauch einer Salbe oder eines der beliebten Verbandwässer ist es nicht gethan. Nun kann man zwar durch wochenlanges Bettliegen und gleichzeitige Hochlagerung des kranken Beines fast jedes Geschwür zur Heilung bringen; aber man kann zu dieser Art Heilung gar nicht einmal raten, weil die Opfer (die wochenlange Bettruhe) dafür in keinem richtigen Verhältnis stehen zu dem Gewinn, denn gewöhnlich brechen die auf diesem Wege geheilten Geschwüre schon wenige Tage nach dem Aufstehen wieder auf. Dieser Umstand entmutigt dann Arzt und Patienten in gleicher Weise und hat viel zu dem Glauben an die Unheilbarkeit des Übels beigetragen. Mit Unrecht! denn bei richtiger Behandlung ist jedes Beingeschwür dauernd zu heilen. Auf den rechten Weg haben schon seit jeher diejenigen Maßregeln hingewiesen, welche den durch die Krampfadern verursachten Unregelmäßigkeiten des Blutumlaufes und den vorhandenen Blutstockungen entgegen arbeiten.

Dahin gehören die verschiedenen festen Verbände, die den Umfang des Unterschenkels einzuengen geeignet sind. Das Einfachste und Älteste ist das Einwickeln des Unterschenkels in wollene Binden. Dasselbe leidet allerdings an dem Übelstande, daß die Binden sich beim Gehen bald wieder lockern und dann ihren Zweck nicht mehr erfüllen. Man griff deshalb zu den Gummistrümpfen, die indes gleichfalls ihre Schattenseiten haben. Zuerst sind sie meist viel zu stramm und zu fest, später aber, wenn sie erst einige Zeit in Gebrauch gewesen sind, werden sie zu weit und dadurch unbrauchbar. Das veranlaßte den Amerikaner Martin zu der Einführung der soliden Gummibinden. Dieselben sind im Prinzip zwar sehr gut, da man den Grad ihrer Wirkung ganz nach Belieben und Bedürfnis abstufen kann, aber ihre Undurchlässigkeit für Wasserdampf bringt so schwere Unzuträglichkeiten mit sich, daß man wieder davon zurückkommen

mußte. Die Beine sind nach kurzer Zeit so heiß und rot und in Schweiß gebadet, daß nur die wenigsten es überhaupt aushalten und von den andern ein großer Teil an Flechten an den Beinen erkrankt. Als ein Fortschritt darf deshalb eine hier in Hamburg geübte Art des Verbandes angesehen werden, welche die Vorteile des Gummistrumpfes und keinen seiner Nachteile hat; es sind das die Verbände mit Zinkgelatine, deren Hauptvorteil darin besteht, daß schon vom ersten Tage an die Gebrauchsfähigkeit des Beines dadurch ganz erheblich gesteigert wird. So hatte ich, um nur ein Beispiel anzuführen, eine Frau in Behandlung, die seit 39 Jahren an Geschwüren an beiden Beinen litt. Am rechten Bein reichte das Geschwür fast ganz herum und war mit beiden Händen nicht zu bedecken. Die Kranke hatte seit 5 Jahren nicht mehr gehen können, so daß auf den im Hause statt der Füße benutzten Knieen ganz dicke Schwielen entstanden waren. Verschiedentlich war der Unglücklichen ärztlicherseits wegen der Aussichtslosigkeit in Bezug auf die Heilung die Amputation des Beines angeraten worden. Bei diesem Zustande vermochten nur die inständigen Bitten der Kranken, die von den Zinkgelatineverbänden gehört hatte, mich zu einem anscheinend ganz aussichtslosen Versuch zu bewegen. Dann erlebte ich aber das für unmöglich Gehaltene, daß mich die Kranke nach 14 Tagen zu Fuß in meiner Sprechstunde aufsuchte. Die Heilung machte dementsprechende Fortschritte.

Auf das Nähere dieser Behandlungsart kann hier nicht eingegangen werden, es sollte überhaupt nur gezeigt werden, daß Salzfluß und Beingeschwüre Krankheiten der Haut sind, die man ebenso ohne Bedenken heilen kann und darf, wie Krankheiten der Augen oder des Magens oder anderer Körperteile. Wenn nun auch diese Behauptung Manchem ganz neu und vielleicht unerhört klingen mag, so beruht sie doch nicht etwa auf bloßer vorgefaßter Meinung, sondern auf einer reichen Erfahrung an einer großstädtischen Poliklinik für Hautkrankheiten, an der die Behandlung von Salzfluß bezw. Beingeschwüren einen wesentlichen Teil der ärztlichen Thätigkeit in Anspruch nimmt eben wegen der vorzüglichen damit erzielten Erfolge; und die glücklich Geheilten sind dann regelmäßig die eifrigsten Apostel der neuen Lehre, die der Anstalt immer neue Kranke zuführen.

Der Frost.

Zu den Leiden, die im allgemeinen nur geringe Beachtung finden, obwohl sie Pein und Schmerzen genug verursachen, gehört der Frost. Es mag das daran liegen, daß er niemals zu ernsten Gesundheitsbeschädigungen führt, sondern mit der guten Jahreszeit stets wieder spurlos verschwindet. Der Frost ist wesentlich eine Erkrankung der Blutgefässe unter dem Einfluß niedriger Temperaturen. Dabei erkranken aber lange nicht alle Menschen daran, sondern nur ein kleiner Bruchteil und dieser auch nur im Kindesalter und später bis in die Mitte der zwanziger Jahre hinein. Nach dieser Zeit erlischt die Krankheit, die bis dahin mit unerbittlicher Regelmäßigkeit jeden Herbst auftrat, gewöhnlich ganz von selber und auf die Dauer.

Es ist bekannt, einen wie großen Einfluß Wärme und Kälte auf den Blutgehalt der Haut haben, wie sich unter der Einwirkung der Wärme die kleinsten Blutgefässe erweitern, so daß die strotzend gefüllte und angeschwellte Hand ganz rot von Blut aussieht, während sich unter dem Einfluß der Kälte die Blutgefässe der Haut fest zusammenziehen. Die blutleere Haut schrumpft zusammen und die ganze Hand verkleinert sich, wird blaß und kalt. Nun giebt es aber Leute, bei denen die Blutgefässe der Haut auf den Reiz der Kälte sich nicht gleichmäßig verengen. Es zieht sich, wie es scheint, vielmehr nur ein Teil der Blutbahn zusammen in einer Art und Weise, daß der Rückfluß des Blutes aus den kleinsten Gefässen mehr oder weniger gänzlich ins Stocken gerät. Die Haut wird bläulich, rot und gedunsen, die Hände schwer beweglich und unbeholfen, und bald kommt es auch infolge des mangelhaften Blutumlaufes zu verschiedenartigen Ernährungsstörungen der Haut. Es bilden sich blaurote, juckende und meist auch erheblich schmerzende Knoten an Händen und Füßen. Diese Schmerzen steigern sich bei manchen besonders abends im Bett, wenn Hände und Füße im Bett warm werden, zu einer Höhe, daß an Schlaf gar nicht zu denken ist. In den Frostbeulen kommt es durch den unterbrochenen Blutkreislauf und die damit zusammenhängende schlechte Ernährung teilweise zum oberflächlichen Absterben des Gewebes der Haut und das Leiden erreicht seinen Höhepunkt durch die auf diese Weise entstehenden Frost**geschwüre**, die nicht nur durch ihre geringe Neigung zur Heilung den damit Behafteten höchst lästig werden, sondern vielen Menschen durch ihren widerwärtigen Anblick einen unüberwindlichen Ekel einflößen.

Eine merkwürdige Erscheinung ist es, daß der Frost sich nicht

bei den starken Kältegraden, sondern hauptsächlich im Frühjahr und Herbst am Lästigsten bemerkbar macht, wenn die Durchschnittstemperatur nur einige Grade über dem Gefrierpunkt liegt. Aus diesem Grunde ist der Frost eine außerordentlich häufige Erscheinung in Italien.

Wenn man an Frost Leidenden einen guten Rat geben will, dann muß man mit seinem Wesen vollständig vertraut sein und dies Alles wissen. Es giebt eine Unzahl von Mitteln und Rezepten gegen Frost, von denen keins so recht helfen will, weil sie gewöhnlich ganz planlos und schablonenhaft angewendet werden. Der Frost besteht in einem krankhaften Zustande der Blutgefässe der Haut, der eine dauernde Eigenschaft derselben ist. Man kann also wohl auf ihn einwirken, ihn aber nicht beseitigen; nur die Folgezustände vermag man durch ausdauernde Behandlung einzuschränken. Alle Maßregeln gegen den Frost haben darauf hinauszulaufen, die vorhandene Blutstockung mit allen ihren Folgen durch eine kräftige Anregung des Blutumlaufes möglichst zu beseitigen. Ohne auf die unzähligen Volksmittel gegen den Frost weiter einzugehen, soll hier nur ein ganz einfaches Verfahren zu seiner Behandlung angegeben werden. Man darf bei der Natur des Leidens nicht vergessen, daß man es zu thun hat mit einem nicht zu beseitigenden krankhaften Zustande der Blutgefässe und den daraus entstehenden Folgezuständen, auf die man allein und zwar mit Erfolg einzuwirken vermag. Daraus ergiebt sich, daß man das eingeschlagene Verfahren stets lange Zeit fortsetzen muß, um die bei der Einwirkung niedriger Temperaturen stets wieder sich geltend machenden Folgezustände jener Blutgefäßbeschaffenheit dauernd in Schranken zu halten.

Für leichtere Fälle genügen heiße **Leimwasserbäder**. Man löst so viel von dem gewöhnlichen Tischlerleim (nach vorherigem Aufquellen in kaltem Wasser) in heißem Wasser oder Kamillenthee auf, daß sich dasselbe grade noch klebrig anfühlt. Hände (oder Füße) werden darin täglich einmal oder mehrmals, je nach der gewünschten Wirkung 30 bis 40 Minuten lang und so heiß wie möglich gebadet. Frostbeulen und Frostgeschwüre erfordern außerdem eine noch kräftigere Einwirkung von solchen Mitteln, welche einen leichten Grad von oberflächlicher Hautentzündung und damit einen hochgesteigerten Blutumlauf herbeiführen. Hierzu bedient man sich mit vielem Erfolge der einfachen Jodtinktur, die man nicht bloß auf die Frostbeulen, sondern auch auf offene Frostgeschwüre ein- oder mehrmals täglich aufpinselt, bis die Haut anfängt schmerzhaft zu werden. Ein anderes gutes Mittel ist das Terpentinöl, das man zu gleichen Teilen

mit Baumöl vermischt als Einreibungsmittel anwendet, bis man eine Rötung der Haut erreicht hat. Selbstverständlich sind in solchen schlimmen Fällen die erwähnten Bäder erst recht notwendig. — Alle diese Mittel, denen sich noch zahllose andere anreihen ließen, führen nach kürzerer oder längerer Anwendung den beabsichtigten Entzündungszustand der Haut herbei, unter dessen Einfluß die Blutgefäße der Haut gesunden und die Erscheinungen des Frostes wenigstens für eine Zeit lang verschwinden lassen.

Mit dem hier geschilderten Frost darf man beileibe nicht die durch plötzliche Einwirkung größer Kälte entstandene Erfrierung verwechseln, die ganz nach andern Gesichtspunkten zu beurteilen und zu behandeln ist.

Die Pflege und die Erkrankungen der Zähne

von

Dr. Wilh. Sachs,

prakt. Zahnarzt.

1. Der Nutzen der Zähne.

Die Fortschritte der Zahnheilkunde während der letzten Jahre haben die Aufmerksamkeit des großen Publikums mehr und mehr auf eine richtige und verständige Pflege der Zähne gelenkt. Es gehört aber dennoch zu den traurigen Erfahrungen, die der Zahnarzt in täglicher Praxis macht, daß die wenigsten Menschen den rechten Begriff von dem großen Nutzen und Werte der Zähne haben. Die meisten suchen erst die Hilfe des Zahnarztes, wenn sie durch unerträgliche Schmerzen tage- und wochenlang gequält worden sind und nun durch Entfernen des Ruhestörers ihrem Leiden ein schnelles Ende bereiten wollen. Wenn man aber bedenkt, daß den Zähnen sehr wichtige Aufgaben zuerteilt sind, die mit dem Wohlbefinden des Menschen in engster Verbindung stehen, so sollte man deren Erhaltung mehr Gewicht beilegen und den Erkrankungen der Zähne in ihren frühesten Anfängen die gebührende Beachtung schenken.

Wem von der Natur gute Zähne gegeben sind, hat die Verpflichtung, diese durch gute Pflege und gewissenhafte Reinhaltung so lange als möglich zu konservieren und alles von ihnen fern zu halten, was einen schädlichen Einfluß auf sie ausüben kann. Rechtzeitige Beachtung und zahnärztliche Behandlung kleiner Schäden können diese so wichtigen Organe vor dem frühzeitigen Untergang schützen. Wer aber schon in

der Jugend die Wohlthat eines starken Gebisses entbehren muß und von Kindheit an die Qualen der Zahnschmerzen kennen gelernt, der versäume nicht, die Hilfe eines tüchtigen Zahnarztes in Anspruch zu nehmen und durch rationelle Pflege seine Zähne so lange als möglich zu erhalten.

„Gut gekaut, ist halb verdaut“, sagt ein altes Sprichwort, dessen Wahrheit aber gewöhnlich erst von denen erkannt wird, die ihre Zähne bereits verloren haben und infolge dessen nicht mehr im stande sind, gut kauen und verdauen zu können. —

Der Nutzen der Zähne ist ein dreifacher.

Erstens dienen sie zur Zerkleinerung der Speisen.

Zweitens sind sie für eine deutliche korrekte Aussprache durchaus notwendig.

Drittens besitzen sie einen ästhetischen Wert.

I. Die Zähne sind ein sehr wichtiges Werkzeug der Verdauung. Sie haben den Zweck, feste Speisen zu zerkleinern, damit der Magen die während des Kauens mit dem Speichel gut vermischten Nahrungsmittel in wohlvorbereiteter Form in Empfang nehmen kann.

Der Speichel ist einer von denjenigen Stoffen, welche von der Natur bestimmt sind, das in den Speisen vorhandene Stärkemehl aufzulösen und in Traubenzucker und Dextrin zu verwandeln, ein Vorgang, der für den Verdauungsprozeß von großer Wichtigkeit ist. Fäulnisstoffe und Pilze hohler (kariöser) Zähne, welche mit dem Speichel vermengt in den Magen gelangen, können eine übermäßige Säurebildung und andere den Verdauungsvorgang beeinträchtigende Störungen hervorrufen und Krankheitserscheinungen erzeugen.

Es ist durchaus notwendig, daß die Speise gut und reichlich mit Speichel getränkt, dessen Absonderung sich während des Kauens erheblich steigert, in den Magen gelangt. Ist der Mensch infolge von fehlenden, schadhaften oder schmerzenden Zähnen nicht im stande gut zu kauen, also gezwungen, die

festeren Speisen nur mangelhaft zerkleinert zu verschlucken, so stellen sich erfahrungsmäßig — wenn auch nicht nach kurzer Zeit, so doch sicher nach Jahren Verdauungsstörungen, Magenschwäche, Magenkatarrh und ähnliche Erkrankungen ein, die dazu beitragen können, das Leben eines Menschen zu verkürzen.

II. Die schöne korrekte Aussprache ist bedingt durch eine geschlossene Zahnreihe. Der Verlust einzelner Vorderzähne oder ganzer Zahnreihen macht die Sprache undeutlich und häßlich. Den Laut bewirkt das Stimmorgan, das seinen Sitz im Kehlkopf hat, doch bildet die Zunge, die sich beim Sprechen an die innere Fläche der Zähne anlegt, das Wort. Fehlen die Zähne, so preßt sich die Zunge gegen die weichen, dem Drucke nachgebenden Lippen und es entsteht eine zischende, undeutlich klingende Aussprache. Bestimmte Buchstaben wie d, t u. s. w. werden dadurch gebildet, daß die Zungenspitze fest gegen die Schneidefläche der Vorderzähne angedrückt und die Luft herausgestoßen wird. Ist selbst nur eine vordere Zahnlücke vorhanden, so entweicht die Luft mit einem zischenden Ton und das gesprochene Wort klingt unverständlich. Fehlen mehrere Zähne oder die ganze Zahnreihe, so gewährt es wahrlich keinen schönen Anblick, wenn die Zunge wie ein Uhrpendel fortwährend zwischen den Lippen sichtbar wird. Besonders störend sind derartige Lücken, wenn der Zahnlose in lebhafter Unterhaltung den Speichel nicht zu kontrollieren im stande ist und ihm beim Sprechen Speichelteilchen aus dem Munde herausspritzen.

Wenn man in Erwägung zieht, daß eine klare verständliche Aussprache für viele Berufsarten, z. B. für den Kanzelredner, Lehrer, Sänger u. a., die Existenzfrage bedeutet, erscheint es kaum glaublich, daß der Zahnpflege und der Erhaltung der Zähne selbst von vielen gebildeten Leuten so wenig Beachtung zugewendet wird.

III. Die Zähne haben auch einen hohen ästhetischen Wert. Man kann sich kein schönes, anmutiges Gesicht ohne gut geformte und regelmäßig stehende Zähne denken. Diese so oft von

den Dichtern besungene Perlenschnur ist neben den klaren strahlenden Augen der größte Schmuck des menschlichen Gesichtes. Manch junges Mädchen, dessen schlanker Wuchs, dessen edle Gesichtszüge unsere Aufmerksamkeit auf sich lenkt — manch junger Mann, dessen äußere Erscheinung wir mit Wohlgefallen betrachten, stößt uns ab, wenn beim Reden oder Lachen eine Reihe lückenhafter, unsauberer, vernachlässigter Zähne sichtbar wird, und der übelriechende Atem uns in weite Entfernung zurückscheucht. Dagegen verleiht eine gut gepflegte, schöne Zahnreihe selbst dem häßlichen Gesicht einen Reiz, der das wenig Ansprechende der Gesichtszüge wesentlich mildert.

Man ist wohl zu dem Schlusse berechtigt: „Wer seinen Mund nicht sauber hält, läßt auch dem gesamten Körper nicht die erforderliche Pflege zu teil werden."

„Ein reiner, zarter Mund," sagt Herder, „ist vielleicht die schönste Empfehlung des gemeinen Lebens, denn wie die Pforte, so glaubt man, sei auch der Gast, der heraustritt, das Wort des Herzens und der Seele."

2. Die Entwickelung der Zähne.

Die Zahl der für die Milchzähne oder das temporäre Gebiß bestimmten Keime, welche bei der Geburt schon weit entwickelt sind und zum Hervorbrechen bereit vorliegen, beträgt 20, doch entwickeln sich neben und unter diesen noch 32 Keime, aus denen später die bleibenden Zähne hervorgehen.

In der Regel wird das Kind ohne Zähne geboren; doch kommt es, wenn auch selten, vor, daß das Neugeborene Zähne mit auf die Welt bringt, die aber, weil ihre Befestigung im Kiefer ungenügend ist, meistens nach kurzer Zeit herausfallen.

Der Durchbruch der Milchzähne beginnt zwischen dem 6. und 8. Monat und ist zwischen dem 20. und 30. Monat beendet. Als Norm für die Durchbruchszeit der verschiedenen Zahnsorten nimmt man folgende Aufstellung an:

Vom 6.	bis 8.	Monat	die mittleren Schneidezähne.
„ 8.	„ 12.	„	die seitlichen Schneidezähne.
„ 12.	„ 16.	„	die ersten Mahlzähne.
„ 16.	„ 20.	„	die Eckzähne.
„ 20.	„ 30.	„	die zweiten Mahlzähne.

Zuerst erscheinen die unteren mittleren Schneidezähne, bald darauf diejenigen des Oberkiefers; dann folgen die oberen seitlichen Schneidezähne, denen sich die unteren seitlichen Schneidezähne anschließen. Die ersten Mahlzähne brechen zuerst im Unterkiefer, etwas später im Oberkiefer durch. Dann kommen die Eckzähne und zum Schluß — im dritten Lebensjahr — die zweiten Mahlzähne.

Diese Angaben sind das Resultat vielfacher Zählungen, doch kommen häufig Abweichungen in der Zeit und Reihenfolge des Zahnens vor. Wir haben Fälle beobachtet, in denen Kinder im 20. Lebensmonat den ersten Zahn bekamen, während bei andern schon im 4. Monat gut entwickelte Schneidezähne eingetreten waren.

Obgleich der Durchbruch der Zähne ein vollkommen physiologischer Vorgang ist, so ist derselbe doch häufig mit heftigen Schmerzen, zuweilen mit erheblichen Störungen des Allgemeinbefindens verbunden. Der Durchbruch der Zähne kündigt sich durch vermehrte Speichelabsonderung an. Der Kieferrand ist gerötet und entzündet; das Kind verweigert zeitweise die Brust, es ist unruhig, erwacht häufig während des Schlafes, schreit viel und duldet nicht die Berührung des Zahnfleisches, das straff am Kiefer anliegt. Es sucht harte Gegenstände, die es erreichen kann, in den Mund zu führen und bereitet es ihm augenscheinlich Linderung auf solche aufzubeißen. Nimmt man dieses Bestreben bei dem Kinde wahr, so gebe man ihm zu diesem Zwecke einen Elfenbeinring oder eine polierte Veilchenwurzel, da diese wegen ihrer Glätte das Zahnfleisch nicht verletzen können.

Während des Zahnens stellen sich oft Durchfälle oder Verstopfung, leichter Hautausschlag und etwas Husten ein, doch schwinden diese für die Mutter beunruhigenden Erscheinungen, sobald das Zähnchen oberhalb des Zahnfleisches sichtbar wird. In einzelnen Fällen tritt Fieber hinzu, das sich bis zum Phantasieren und zu Gehirnkrämpfen steigern kann, da die Zahnnerven mit dem Gehirn in engster Verbindung stehen. Die Schmerzen während des Durchbruches der Zähne entstehen durch den Druck, den sie infolge ihres Wachstums gegen das Zahnfleisch ausüben.

Um den Durchbruch des Zahnes bei besonders schwerem Zahnen zu beschleunigen, führt man eine häufig von ausgezeichnetem Erfolge gekrönte Operation aus, indem man das Zahnfleisch kräftig bis auf die Zahnkrone einschneidet. Die Schnittflächen der bisher straff gespannten Schleimhaut legen sich zur Seite, der Zahn wird frei, der Druck auf den Nerv verschwindet, und das Kind empfindet sofort Linderung. Selbst heftige Krämpfe verschwinden oft nach einem derartigen, durchaus nicht sehr schmerzhaften operativen Eingriff. Es ist gegen dieses Vorgehen der Einwand erhoben worden, daß, wenn der Einschnitt zu früh erfolgt, die vorzeitige Vernarbung des Zahnfleisches den Durchbruch des Zahnes noch mehr erschweren könnte. Doch muß man aber voraussetzen, daß der Arzt den rechten Zeitpunkt für die Operation wohl zu wählen weiß.

Sind alle Milchzähne eingetreten, entsteht eine Pause bis zum 6. Jahre. Dann erscheint zunächst im Unterkiefer, hinter dem letzten temporären Zahne, der erste bleibende Mahlzahn, bald folgt ihm sein Gegenüber im Oberkiefer. Diese Zähne werden oft von Laien als noch zum Milchgebiß gehörig betrachtet, doch werden sie nicht mehr durch andere im Falle des Verlustes ersetzt. Im siebenten Lebensjahre beginnt der Zahnwechsel. Die Wurzel des Milchzahnes wird allmählich durch den Druck des nachwachsenden Zahnes zum Verschwinden gebracht. Der Milchzahn wird locker, fällt

heraus und macht seinem Nachfolger Platz. Zuweilen bricht der nachwachsende Zahn an einer falschen Stelle durch und erhält infolge dessen eine unregelmäßige Stellung. Sobald indes der Milchzahn entfernt wird, rückt der bleibende Zahn von selbst in die frei gewordene Lücke. Man sollte in solchen Fällen stets die Hilfe des Zahnarztes in Anspruch nehmen, damit dem Übelstande zur rechten Zeit abgeholfen werde.

Ebenso wie der Durchbruch der Milchzähne unterliegt auch das Erscheinen der bleibenden Zähne in Bezug auf Zeit und Reihenfolge erheblichen Schwankungen. Als mittlere Durchschnittszeit des Zahnwechsels gilt:

Vom 6.	bis 7.	Lebensjahre	Durchbruch	der ersten Mahlzähne,
„ 7.	„ 8.	„	„	der mittleren Schneidezähne,
„ 8.	„ 9.	„	„	der seitlichen Schneidezähne,
„ 9.	„ 10.	„	„	der ersten kleinen Backenzähne,
„ 10.	„ 12.	„	„	der Eckzähne und der zweiten kleinen Backenzähne,
„ 12.	„ 13.	„	„	der zweiten Mahlzähne,
„ 16.	„ 40.	„	„	der Weisheitszähne.

In derselben Reihenfolge, wie die Milchzähne eingetreten, erfolgt auch das Erscheinen der bleibenden Zähne. Zuerst die unteren mittleren, dann die oberen mittleren Schneidezähne, darauf die oberen seitlichen, dann die unteren seitlichen Schneidezähne. Von den ersten kleinen Backzähnen erscheinen die oberen früher als die unteren, während die oberen Eckzähne den unteren Eckzähnen folgen. Zu derselben Zeit — zuweilen früher, oft etwas später — brechen auch die zweiten kleinen Backenzähne, die oberen zuerst, dann die unteren durch. Die zweiten Mahlzähne des Unterkiefers erscheinen vor denen des Oberkiefers. Die Durchbruchszeit der Weisheitszähne ist

außerordentlich verschieden. Sie tritt gewöhnlich zwischen dem 18. und 20. Lebensjahre, doch häufig erst zwischen dem 30. und 40. Lebensjahre ein. Der Durchbruch der Weisheitszähne verursacht, wenn der Kiefer klein und die Zahnreihe noch vollständig ist, oft heftige Schmerzen und starke Entzündungen aller benachbarten Teile, wodurch Kau- und Schlingbeschwerden, Abszesse ꝛc. entstehen. Der Zahnarzt vermag diesen Schmerz entweder durch Einschnitte in das über dem durchbrechenden Zahne liegenden Zahnfleisch, oder durch Ausziehen des Zahnes zu beseitigen. Der Weisheitszahn vollendet die Zahl der bleibenden Zähne. Man hört zwar zuweilen von einem dritten Zahnen und erwähnt die Litteratur verschiedene Beispiele, daß Leuten in sehr hohem Alter, nachdem sie bereits alle Zähne verloren, zum dritten Male Zähne wuchsen; doch gehören unseres Erachtens solche Erzählungen in das Fabelreich, da die Wissenschaft keinen derartigen Fall kennt.

3. Die bleibenden Zähne.

Man unterscheidet an jedem Zahne 1. die Krone, 2. den Hals, 3. die Wurzel.

Die Krone ragt frei über das Zahnfleisch hervor. Die unterhalb der Krone befindliche Einbuchtung wird der Zahnhals genannt. An diesen schließt sich die Zahnwurzel, welche in dem Zahnfache ruhend, die Befestigung des Zahnes im Kieferknochen bewirkt.

Der Form und Stellung nach unterscheidet man: Schneidezähne, Eckzähne, kleine Backzähne, große Backzähne oder Mahlzähne, zu denen auch die Weisheitszähne gerechnet werden.

Die S c h n e i d e z ä h n e — 4 im Oberkiefer und 4 im Unterkiefer — haben eine meißelförmige Krone, die vorn und hinten flach zulaufend, am Endrande eine gerade Linie bildet. Die Schneidezähne haben nur eine Wurzel.

Die Eckzähne, von denen in jedem Kiefer 2 vorhanden sind, haben eine spitze keilförmige Krone und eine lange kräftige Wurzel. Die Eckzähne des Oberkiefers werden häufig „Augenzähne“ genannt, obgleich sie zu den Augen in gar keiner Beziehung stehen.

Dann folgen die kleinen Backzähne, deren Zahl 8 ist. Sie besitzen auf ihrem Kronenteile zwei Höcker, einen äußeren und einen inneren; sie haben ebenfalls nur eine Wurzel, mit Ausnahme der ersten oberen kleinen Backzähne, welche häufig mit zwei Wurzeln versehen sind.

Die zwölf großen Backzähne oder Mahlzähne, zu denen auch die Weisheitszähne gezählt werden, haben eine breite Kaufläche mit 4 bis 5 Höckern. Die ersten oberen beiden Mahlzähne haben 3 Wurzeln, die ersten unteren beiden 2 Wurzeln, während die Wurzelanzahl der Weisheitszähne sehr unbestimmt ist. Meistens findet man bei ihnen nur eine starke, kegelförmig zulaufende Wurzel, zuweilen 3, 4, sogar 5 Wurzeln, deren Größe und Stärke mit der wachsenden Anzahl abnimmt.

An den harten Zahnsubstanzen unterscheidet man den Schmelz (Email), das Zement und das Zahnbein (Dentin).

Die Krone wird vom Schmelz, der härtesten Substanz am menschlichen Körper, vollständig bedeckt; er ist an den Kau- und Schneideflächen am stärksten und nimmt nach dem Zahnhalse zu ab. Das Zement, eine knochenähnliche Masse, bildet einen Überzug über die Wurzel, ist am stärksten an der Wurzelspitze und wird nach dem Zahnhalse zu dünner, wo es mit dem Schmelz zusammenstößt und zuweilen von diesem noch etwas überragt wird.

Die Hauptmasse des Zahnkörpers besteht aus dem Zahnbein, einer nicht ganz so spröden Substanz, wie der Schmelz, aber doch von bedeutender Härte. Das Zahnbein giebt dem Zahne seine Gestalt. Im Innern befindet sich eine Höhlung, die nach der Wurzelspitze zu sich verengend, als feiner Kanal aus der Wurzel heraustritt und deren Durchmesser etwa

$^1/_4$ bis $^1/_2$ so groß ist, als der des Zahnes. Ihre Form entspricht der des Zahnes.

In der Höhle befindet sich die Zahnpulpa, fälschlich auch Zahnnerv genannt, denn sie besteht nicht allein aus Nerven, sondern auch aus Blutgefäßen und Bindegewebe. Die Pulpa stellt sich als ein hellroter, weicher, fleischiger Körper dar, dessen Verzweigungen mit der Anzahl der Wurzeln übereinstimmt. Jede Wurzel besitzt eine Pulpa. Die Wurzel wird außerhalb des Zements bis zum Zahnhalse von einer dünnen sehr gefäßreichen Membran, der Wurzelhaut umgeben, welche die Verbindung zwischen Zahn und Kiefer bewerkstelligt und für die Ernährung des Zahnes von großer Wichtigkeit ist.

4. Unregelmäßige Zahnstellung.

Abweichungen in der Stellung einzelner Zähne oder ganzer Zahnreihen kommen häufig vor. Sie entstellen die Gesichtsform mehr oder weniger und führen den frühzeitigen Verlust der Zähne herbei, da schief und gedrängt stehende Zähne nicht genügend reingehalten werden können.

Wie sich die Gesichtsform, die Gestalt, die Haarfarbe u. s. w. von den Eltern auf die Kinder vererbt, so kann auch dieselbe unregelmäßige Zahnstellung, wie sie bei den Eltern vorhanden, in der folgenden und späteren Generation wiederkehren. Als Ursache der anormalen Stellung ganzer Zahnreihen nimmt man die ungleiche Entwicklung der Kieferknochen an. Ist der eine Kiefer im Verhältnis zum andern zu groß oder zu klein ausgebildet, so entsteht eine Abnormität im Zusammentreffen der Zähne, die dem Gesicht einen unschönen Ausdruck verleiht und das Kauen erschwert. Ist der Oberkiefer größer als der Unterkiefer, so ragt die obere Zahnreihe weit über die des Unterkiefers hervor. Die Zähne stehen, von Zwischenräumen unterbrochen, aus dem Munde hervor und die Lippe vermag die Vorderzähne nicht zu bedecken. Wenn dagegen der Unterkiefer be-

deutend stärker entwickelt ist als der Oberkiefer, treten die oberen Zähne beim Schließen des Mundes hinter die untere Zahnreihe, wodurch das Gesicht ebenfalls entstellt wird. Häufig entsteht die unregelmäßige Stellung einzelner oder mehrerer Zähne durch Nachlässigkeit während des Zahnwechsels. Wird ein Milchzahn zu früh entfernt, bevor der Nachfolger erscheint, so rücken die Nachbarzähne zusammen, verengern den Raum und zwingen den später nachwachsenden Zahn, mehr oder weniger seitwärts von seiner ihm ursprünglich bestimmten Stelle zum Durchbruch zu kommen. Werden andererseits die Milchzähne zu spät entfernt — denn es kommt häufig vor, daß der bleibende Zahn zu weit vor oder hinter dem Milchzahne erscheint —, so wird der neue Zahn in dieser Stelle verbleiben, wenn die Entfernung des Milchzahnes nicht rechtzeitig vorgenommen wird.

Das Finger- und Daumensaugen der Säuglinge erzeugt eine recht häßliche Formveränderung der Kiefer. Die obere Zahnreihe wird nach außen, die untere nach innen gepreßt, so daß beim Schließen des Mundes zwischen den vorderen Zähnen ein weiter freier Raum verbleibt.

In Bezug auf das Geraderichten schief gewachsener Zähne leistet die Zahnheilkunde sehr Erfolgreiches. Man bedient sich hierzu kleiner Apparate, die natürlich jedem einzelnen Falle angepaßt sein müssen. Die Behandlung ist in den meisten Fällen ganz schmerzlos. Es ist wichtig, die Hilfe des Zahnarztes rechtzeitig in Anspruch zu nehmen, damit das Übel im Entstehen beseitigt wird.

5. Die Pflege der Zähne.

Sobald das Kind einen oder mehrere Zähne besitzt, sollte deren mehrmalige tägliche Säuberung mit einem feinen Leinentuche vorgenommen werden. Sind alle Milchzähne vorhanden,

so kommt die Bürste in Anwendung, welche klein, schmal und nicht zu hart sein darf. Die Bürste muß nicht allein **quer** über die Zähne geführt werden, sondern auch in der Richtung vom Zahnfleisch zur Schneide-, resp. Kaufläche. Man reinige nicht nur die Lippen- und Wangenflächen der Zähne, sondern auch die der Zunge zugekehrte Seite. Es ist besonders notwendig, abends bevor die Kinder schlafen gehen, den Mund von den Überresten der Abendmahlzeit gut zu säubern, denn diese bilden in Verbindung mit den Mundflüssigkeiten (Speichel, Absonderungen der Mundschleimhaut) Säuren, welche die Zähne angreifen und hohl (kariös) machen.

Zeigen sich in den Milchzähnen hohle Stellen, so müssen diese rechtzeitig, d. h. noch bevor der Zahn schmerzhaft geworden, vom Zahnarzte ausgefüllt werden.

Es ist eine leider weit verbreitete Anschauung, daß die Erhaltung der Milchzähne unnötig sei, weil sie ja doch herausfallen. Doch wie wir bereits im vorigen Abschnitt erwähnt, müssen die Milchzähne so lange erhalten werden, bis die bleibenden Zähne durchbrechen, damit diese in die richtige Stelle einrücken können. Ist der Fäulnisprozeß in einem Milchzahn so weit vorgeschritten, daß die Pulpa (Nerv) freiliegend geworden, so entzündet sich diese infolge von äußeren Reizen (Speisen, Temperaturwechsel u. s. w.), es entsteht Schmerz und verhindert das Kind, gut zu kauen, wodurch mangelhafte Ernährung und Verdauungsstörungen eintreten können. Wenn die Höhlungen noch klein sind, ist das Reinigen und Ausfüllen derselben eine fast schmerzlose Operation, die dem Kinde für die Zukunft viel Qual und Pein erspart.

Mit dem Beginn des siebenten Lebensjahres tritt der Zahnwechsel ein. Jetzt empfiehlt es sich, ein mechanisches Zahnreinigungsmittel — Zahnpulver — zu benutzen. Auch die Bürste muß etwas härter und größer sein, doch nicht mit gar zu steifen Borsten, denn der stete Gebrauch zu harter

Bürsten schadet der Email der Zähne. Bürsten von Gummi oder solche von weichen Dachshaaren verfertigt, sind ganz nutzlos.

Unter den mit großer Reklame angepriesenen Zahnpulvern, die man fertig zusammengestellt kaufen kann, giebt es viele, welche den Zähnen mehr schaden als nützen, weil sie Bestandteile enthalten, die eine chemische Wirkung ausüben, damit die Zähne recht weiß werden. Das Zahnpulver soll nur die Bürste beim Reinigen der Zähne durch mechanische Reibung, nicht durch chemische Einwirkung unterstützen, und diese nur von den anhaftenden Speiseresten und Schleim befreien. Ein Zahn, dessen Naturfarbe gelblich ist, kann nur vermittelst scharfer Säuren weiß gemacht werden; doch zerstören diese die Zahnmasse und führen den vorzeitigen Verfall der Zähne herbei.

Viele Leute bedienen sich noch des Kohlenpulvers, das allerdings wegen seiner Schleifkraft die Zähne sehr gut säubert; doch zerstört es die Schmelzoberfläche, in der durch längeren Gebrauch Querfurchen entstehen. Kohlenteilchen dringen in das Zahnfleisch ein, dessen Ränder ein bläulich schwarzes Aussehen erlangen; auch setzen sich kleine Atome zwischen der Wurzel und dem Zahnfache fest, welche durch massenhafte Anhäufung die Wurzelhaut entzünden können.

Das so vielfach gerühmte Salicylzahnpulver ist ganz zu verwerfen; es greift wie die meisten Säuren die Zahnemail an und begünstigt die Karies, anstatt sie zu verhüten.

Auch Zigarrenasche, gebrannte Brotrinde, Salz und Bimstein gehören zu den Zahnreinigungsmitteln, die mehr schaden als nützen.

Ein gutes Zahnpulver muß im Wasser leicht löslich sein, darf den Schmelz der Zähne nicht angreifen und muß neben dem angenehmen Geschmack antiseptische (d. h. die sich im Munde entwickelten Säuren neutralisierende) Eigenschaften und das Zahnfleisch kräftigende Wirkung besitzen.

Wir lassen hier einige Rezeptformen für empfehlenswerte Zahnpulver folgen:

Rp. Cretae praecip. 28,0.
Sapon. medic. 2,0
Ol. menth. pip. gtt. V.
(Prof. Holländers Vorschrift.)

Rp. Cretae praecip. 20,0.
Magn. ust. 10,0.
Rad. Irid. florent. pulv.
Rad. calami. $\overline{aa}$ 3,0.
Ol. menth. pip. gtt. V.

Das bekannte englische Zahnpulver besteht aus:

Rp. Cretae praecip. 30,0.
Camphor. tritae. 10,0.

Der in der Zahnheilkunde berühmte Wiener Professor Dr. Heider empfiehlt:

Rp. Pulv. oss. sepiae
„ rad. Iridis florent. $\overline{aa}$ 15,0.
Magnes. carbon. 2,5.
Ol. neroli gtt. V.

Ob das Zahnpulver weiß, rosa oder gelblich, ist unerheblich; die Färbung wird nur des besseren Aussehens wegen durch Beimischung von Karmin, Drachenblut, rotes Sandelholz u. s. w. vorgenommen, doch erhöht diese den Wert des Zahnpulvers als solches in keiner Weise.

Der Gebrauch eines Mundwassers ist bei normalem Gesundheitszustand des Mundes unnötig. Übelriechender Atem kann durch wohlriechende Mittel verdeckt, doch nicht beseitigt werden. Befinden sich im Munde faulige Wurzelreste und hohle Zähne, die unangenehmen Geruch verbreiten, so müssen sie ausgezogen oder gefüllt werden.

Leider können sich sehr viele Leute nicht entschließen, wertlose Wurzelreste, welche die Entstehung des übelriechenden Athem begünstigen, entfernen zu lassen. Diesen geben wir die folgenden Rezepte für antiseptische Mundwasser, welche der Säurebildung im Munde entgegenzuwirken bestimmt sind.

Rp. Thymol 0,25.
Acid. benzoic. 3,0.
Tinct. Eucalypti 15,0.
Alcohol absolut. 100,0.
Ol. menth. pip. 1,0.

MDS. 1 Theelöffel voll in ein Glas Wasser zum Mundausspülen nach den Mahlzeiten und vor dem Schlafengehen.

(Prof. Millers Vorschrift.)

Rp. Kali hypermanganici 0,30
Solve in
Aq. destill. 30,0.

MDS. 5—8 Tropfen in ein Glas Wasser als Spülwasser zu gebrauchen.

(Kleinmanns Rezepttaschenbuch.)

Rp. Calcar. chloric. pulv. 10,0.
Spirit. vini
Aq. destill. $\overline{aa}$ 60,0.
Ol. caryophyllor. gtt. 10.

MDS. 1 Theelöffel in ein Glas Wasser als Spülwasser.

(Ders.)

Die französischen wohlriechenden Mundtinkturen der Mad. de Brilliere und das berühmte Eau de Botot erfreuen sich großer Beliebtheit. Das Erstere besteht aus:

Rp. Cassiae Cinnamomi 62,0.
Caryophyll. 24,0.
Flavedin. Citri recent. 46,0.
Rosar. gallic. sicc. 31,0.
Herb. cochlear. 250,0.
Alcohol. Liter. 1.

Macera per horas 24 et destill.

Eau de Botot:

Rp. Semin. Anisi 80,0.
Corticis Chinae rubrae 40,0.
Caryophyllor.
Cassiae Cinnamomi $\overline{aa}$ 40,0.
Ol. menth 40,0.

Macera per octo dies cum Spir Vin rectif. 2240,0.
Filtra et adde
Mixt. oleos. balsam 7,5.
Tinct. ambrae 2,0.

Der Zahnstein ist eine kalkhaltige Substanz, die sich aus dem Speichel absondert. Sie setzt sich als harter Körper an den Zahnhälsen, besonders an den Zungenflächen der unteren Vorderzähne und den Wangenflächen der oberen Mahlzähne fest und entzündet durch größere Ansammlungen die Zahnfleischränder, dringt allmählich in das Zahnfach ein, reizt die Wurzelhaut, lockert den Zahn im Kiefer und führt schließlich zum Verlust der Zähne, die äußerlich gesund, von selbst herausfallen. Zuweilen findet man auf den Lippenflächen der Vorderzähne einen grünlichen Belag, der den Zähnen ein schmutziges Aussehen verleiht und die obere Schmelzschicht zerstört. Der Zahnstein sowohl als der grüne Belag müssen rechtzeitig durch die Hand des Zahnarztes entfernt werden, damit ihre schädlichen Wirkungen keinen größeren Schaden anrichten.

Ein wichtiges Werkzeug zur Reinhaltung der Zähne ist der Zahnstocher. Oft klemmen sich Speisereste zwischen den Zähnen fest, die mit der Bürste nicht entfernt werden können. Schon nach wenigen Stunden bilden sie, durch die Mundwärme begünstigt, Säuren, welche die Seitenfläche der Zähne angreifen. Der Zahnstocher dient dazu, solche zurückgebliebenen Speiseteilchen nach jeder Mahlzeit zu entfernen. Man darf sich hierzu keiner metallenen Instrumente bedienen, welche etwa vorhandene Zahnfüllungen, den Schmelz oder das Zahnfleisch verletzen können, sondern nur solcher Zahnstocher, die aus Holz, Schildkrot oder Gänsekiel gefertigt sind. Stehen die Zähne so sehr gedrängt, daß sie das Eindringen eines Zahnstochers nicht gestatten, so benutze man einen gewachsten Faden lockerer Flockseide, der sich leicht zwischen ganz dicht stehende Zähne einführen läßt.

Es kann nicht genügend hervorgehoben werden, daß die Zähne und der Mund nach jeder Mahl-

zeit, **besonders aber vor dem Schlafengehen**, gründlich gereinigt werden müssen. Während des sieben- bis achtstündigen Nachtschlafes werden aus den, zwischen den Zähnen zurückgebliebenen Speiseresten Säuren entwickelt, welche, da sie nicht wie am Tage beim Essen und Trinken verdünnt oder weggeschwemmt werden, die Zähne stark angreifen. Ist das Zahnfleisch bei der Berührung leicht blutend, so deutet dies in den meisten Fällen auf nachlässige Zahnpflege, welche das Ansetzen von Zahnstein u. s. w. gestattet. In solchem Falle versäume man nicht, die Hilfe des Zahnarztes in Anspruch zu nehmen, der durch gründliche Reinigung der Zähne und Beseitigung der Ursachen diese Erkrankungen des Zahnfleisches heilt; doch muß man durch regelmäßiges Bürsten der Zähne und Reinhalten des Mundes der Wiederkehr der Zahnfleischentzündung vorbeugen. Sollte auch das Zahnfleisch beim Bürsten dann noch etwas bluten, so lasse man sich dadurch nicht abhalten, die Reinigung mehrmals täglich auszuführen, da das Bluten des Zahnfleisches nicht nachteilig, sondern heilend und abhärtend wirkt. Haben dagegen die Erkrankungen des Zahnfleisches ihren Ursprung in Allgemeinleiden des Körpers, so ziehe man einen Arzt zu Rate.

Man versäume auch nicht nach dem Einnehmen von Eisenpräparaten, mineralischen Säuren u. s. w. den Mund auszuspülen und die Zähne mit dem oben angegebenen Zahnpulver zu reinigen, damit die scharfen Medikamente den Zahnschmelz nicht zerstören können. Man gewöhne sich auf beiden Seiten zu kauen; wird dies durch einen schmerzhaften Zahn verhindert, so lasse man ihn vom Zahnarzte behandeln und füllen, oder, wenn seine Erhaltung nicht mehr möglich, ausziehen. Zähne, welche nicht gebraucht werden, sind bald mit Schleim und Zahnstein bedeckt, welche das Zahnfleisch entzünden und üblen Geruch aus dem Munde verursachen.

Vom 3. bis 12. Lebensjahre sollten die Zähne viermal, vom 13. Jahre ab zweimal im Jahre durch den Zahnarzt

untersucht werden. Wird das Kind von Jugend auf gewöhnt zum Zahnarzt zu gehen, der die Höhlungen im Entstehen ausfüllt, so verliert das Kind seine Furcht vor zahnärztlichen Operationen, die, vorsichtig ausgeführt, mit wenig oder gar keinen Schmerzen verbunden sind und, so lange die Pulpa nicht freiliegend, in einfacherer Weise gemacht werden können. Bis zu diesem Stadium gelangt die Zahnverderbnis aber nicht, wenn die Untersuchung und Behandlung der Zähne mehrmals im Jahre vorgenommen wird.

Nachdem wir dem Leser mitgeteilt, wie er seine Zähne zu pflegen hat, um sie möglichst lange gesund zu erhalten, wollen wir es nicht unterlassen, ihn vor Mißbrauch der Zähne zu warnen.

Man gebrauche die Zähne niemals zu Verrichtungen, für die sie nicht geschaffen sind. Man beiße nicht auf harte Gegenstände, wie Knochen, Nüsse, Metall u. s. w., weil die spröde Schmelzlage leicht Risse und Brüche erleiden kann, in denen die Karies sofort ihr zerstörendes Werk beginnt. Jäher Temperaturwechsel schadet den Zähnen ebenfalls. Während man heiße Speisen genießt, darf man nicht ganz kalte Getränke an die Zähne bringen, da durch die plötzliche Abkühlung die Email Sprünge erhalten und die Pulpa sich leicht entzünden kann. Damit soll nicht gesagt sein, daß das Trinken während des Essens den Zähnen überhaupt nachteilig sei; wir wollen nur betonen, daß der plötzliche Übergang von hoher Wärme zu Kälte zu vermeiden ist.

6. Die Krankheiten der Zähne.

Unter den vielen Krankheiten, denen die Zähne und die mit ihnen zusammenhängenden Teile ausgesetzt sind, wollen wir nur diejenigen erwähnen, welche dem Zahnarzte am häufigsten zur Behandlung kommen: die Zahnverderbnis (Karies); die Entzündung, Vereiterung und Ab-

sterben der Pulpa; die Entzündung der Wurzelhaut mit nachfolgender Abszeßbildung und Zahnfistel.

Unter Karies der Zähne versteht man die Entkalkung resp. Erweichung der harten Zahnmasse durch Säuren und Zerstörung der erweichten Masse durch die Pilze. Die Säuren bilden sich entweder im Munde selbst oder werden durch Nahrungsmittel, Medikamente u. s. w. von außen her eingeführt; sie lösen die Kalksalze des Schmelzes auf und dringen in das Innere des Zahnes vor.

Die Karies beginnt mit der Erweichung der harten Zahnsubstanz. Die Vertiefungen in den Kauflächen der Backzähne und die Seitenflächen aller Zähne, zwischen denen sich Speisereste festsetzen und dort infolge des Gärungsprozesses Säuren bilden, sind die beliebtesten Angriffspunkte. Anscheinend gesunde Zähne brechen plötzlich an einer Stelle zusammen und zeigen eine große mit Speiseteilen und Fäulnisstoffen angefüllte Höhlung. Die härtere Schmelzlage ist an einem Punkte von der Säure zerstört, welche ihre Thätigkeit in dem weicheren Zahnbein schnell fortsetzt, den Zahn unterhalb der Email vollständig auflöst, bis diese so dünn geworden, daß sie beim Kauen zusammenbricht.

In den Zwischenräumen der Zähne zeigt sich die Karies zuerst als eine dunkelblaue Linie, die meistens an beiden dicht neben einander stehenden Zähnen auftritt. Allmählich schreitet der Zersetzungsprozeß vor, bis die Schmelzränder wegbröckeln und der Eingang einer großen Höhlung sichtbar wird. Ansteckend ist die Karies nicht; da aber Nachbarzähne denselben schädlichen Einflüssen ausgesetzt sind, fallen sie auch zumeist demselben Schicksal anheim.

Der Verlauf der Zahnfäulnis hängt von der härteren oder weicheren Beschaffenheit der Zahnsubstanz ab. Harte Zähne stark gebauter älterer Personen widerstehen der Karies sehr lange; ist sie bereits aufgetreten, so macht sie nur sehr langsame Fortschritte, so daß oft Jahre vergehen, bevor die Pulpa

erreicht ist, während die Zähne der Kinder, blutarmer kränklicher Personen und schwangerer Frauen oft in wenigen Monaten von der Zahnkaries vollständig zerstört werden können.

Wird ein Zahn von Karies ergriffen, so stellt sich nicht gleich Schmerz ein; erst wenn die Nähe der Pulpa erreicht ist, entsteht durch äußere Reize (kalte Getränke, in die Höhlung eingedrungene Speisen ꝛc.) Empfindlichkeit, bis endlich die Pulpa vom schützenden Zahnbein entblößt und schmerzhaft wird. Erst jetzt kommen die meisten Menschen zum Zahnarzte, um den erkrankten Zahn füllen zu lassen. Wenn die kariöse Stelle gleich im Anfang ihres Entstehens gereinigt und mit einer Füllung versehen wird, bleibt der Zahn noch eine Reihe von Jahren erhalten und verrichtet seine Dienste so gut wie ein vollkommen gesunder Zahn, während der schon schmerzhaft gewordene eine komplizierte und zeitraubende Behandlung erfordert, in vielen Fällen sogar ausgezogen werden muß. Die freiliegende entzündende Pulpa geht bald in Eiterung über. Der heftige Schmerz veranlaßt den Patienten die verschiedensten Mittel anzuwenden, doch gewöhnlich ohne dauernden Erfolg. Hat der Patient Tage und Nächte hindurch die größten Qualen aus Angst vor dem Ausziehen erduldet, so läßt der heftige, zuckende, stechende Schmerz allmählich nach, die Pulpa hat ihre Lebensfähigkeit verloren, und der Zahn scheint nun — wie der Laie sich auszudrücken pflegt — tot zu sein. Doch oft währt die Freude nicht lange, denn die Entzündung ist durch Verjauchung der Pulpa auf die Wurzelhaut übergegangen. Der Zahn ist beim Beißen, sogar bei leichter Berührung empfindlich, er nimmt eine dunklere Färbung an und giebt einen üblen Geruch und Geschmack von sich. Zuweilen verschwinden diese Erscheinungen auf kürzere oder längere Zeit, der Zahn wird wieder unempfindlich und kann zum Kauen benutzt werden, doch kehren dieselben Erscheinungen auch häufig infolge einer Erkältung und anderer Ursachen plötzlich wieder.

Oft entsteht Eiterbildung im Zahnfache: das Zahn-

fleisch und die Wange schwillt an und die Entzündung verbreitet sich über den größeren Teil der Gesichtshälfte. Der Eiter sucht sich einen Ausweg, indem er das Zahnfach und das Zahnfleisch durchbricht und als Zahngeschwür an der Oberfläche erscheint. Dieser Verlauf ist der günstigere, denn sofort lassen die Schmerzen nach und der Zahn kann in vielen Fällen jetzt noch erhalten werden. Bahnt sich dagegen der Eiter einen Kanal durch den Kieferknochen und die Wange und ergießt sich nach außen, so entsteht eine Zahnfistel, deren Heilung die sofortige Entfernung des Zahnes notwendig macht. Die an der Wange sichtbare Wunde hinterläßt oft eine recht entstellende Narbe.

Gegen die hier besprochenen Schmerzen und Erkrankungen der Zähne werden eine Unzahl mit großer Reklame angepriesene Mittel empfohlen, welche aber ganz wertlos sind, oft sogar mehr schaden als nützen. Ist jemand mit Zahnleiden behaftet, so thut er besser, sobald als möglich einen Zahnarzt aufzusuchen, als nutzlos selbst zu quacksalbern. Die Ursachen der Zahnschmerzen sind eben sehr verschieden; diese aber zu erkennen und in geeigneter Weise zu beseitigen ist Sache des Fachmanns.

7. Das Füllen (Plombieren*) der Zähne.

Die Kunst, kariöse Zähne durch Ausfüllen zu erhalten, ist schon im Altertum bekannt gewesen, doch hat sie erst in den letzten 30 Jahren — namentlich durch die Amerikaner — die heutige Stufe der Vollkommenheit erreicht. Amerika besitzt seit

*) In längst vergangenen Zeiten füllte man kariöse Zähne mit Blei (lat. plumbum — franz. le plomb) aus, wodurch die Bezeichnung „plombieren" enstanden ist. Da aber heute kein Zahnarzt dieses Material wegen seiner giftigen Eigenschaften im Munde mehr benützt, das Gesetz sogar ausdrücklich die Verwendung des Bleies untersagt, so ist auch die Bezeichnung „plombieren" für das Ausfüllen der Zähne, wie es jetzt geschieht, nicht richtig.

Jahrzehnten Unterrichtsanstalten, in denen die Zahnheilkunde und Zahntechnik systematisch gelehrt wird, und erfreuen sich daher in Amerika ausgebildete Zahnärzte eines guten Rufes. Doch das nimmer rastende Streben deutscher Wissenschaft hat es erreicht, daß wir seit mehreren Jahren im eigenen Lande Institute besitzen, wo der die Zahnheilkunde Studierende reichliche Gelegenheit findet, sich für seinen künftigen Beruf gründlich vorzubereiten. Der deutsche Zahnarzt ist heute in seinen Leistungen und seinem Wissen den Fachgenossen anderer Länder vollkommen ebenbürtig, vielen sogar überlegen.

Das Füllen der Zähne bezweckt, die durch Karies entstandenen Lücken und Höhlungen der Zähne mit einem geeigneten Material auszufüllen, welches das Fortschreiten der Karies verhindert und die bereits zerstörten Zahnteile plastisch wieder ersetzt. Je zeitiger diese Operation vorgenommen wird, desto mehr Garantie bietet sie für den günstigen Erfolg. Zähne mit kleinen Lücken sind viel weniger schmerzhaft zu behandeln, als solche mit größeren Höhlungen, welche bereits bis in die Nähe der Pulpa reichen, und deren Wandungen dem Füllungsmaterial nicht mehr sicheren Halt bieten, doch können selbst schmerzhafte und zum großen Teil zerstörte Zähne noch durch richtige Behandlung und Ausfüllen oft viele Jahre erhalten und für das Kauen brauchbar gemacht werden.

Die Ausführung dieser häufigsten und wichtigsten aller zahnärztlichen Operationen stellt hohe Anforderungen an die Geduld und Geschicklichkeit des Zahnarztes, sie muß vom Beginne bis zum Ende mit größter Sorgfalt und unbegrenzter Gewissenhaftigkeit vollzogen werden, wenn man einen dauernden Erfolg erzielen will.

Die Operation zerfällt in zwei Teile. 1. Die Vorbereitung, 2. das Ausfüllen der Höhle. Jeder Teil muß tadellos ausgeführt werden, da sowohl die mangelhafte Präparation als auch der unvollkommene Verschluß der Lücke das Fortschreiten der Karies nicht hemmen würde. Nachdem die dünnen, zer-

brechlichen Schmelzwände entfernt sind, damit die Füllung einen festen Halt in starkem, gesunden Zahnbein finden kann, muß die Höhlung von allen Speiseresten und den durch Karies bereits erweichten Zahnteilen befreit werden, so daß kein Atom von Fäulnisstoffen zurückbleibt. Das Ausfüllen des Zahnes geschieht unter sorgfältigem Abschluß des Speichels. Die geringste zwischen Füllung und Zahnwand eingedrungene Feuchtigkeit begünstigt das Wiederauftreten der Karies neben der Füllung und macht die ganze Manipulation nutzlos.

Das Selbstausfüllen eines Zahnes mit Guttapercha, Mastix oder anderen für diesen Zweck käuflichen Präparaten ist ganz verwerflich; der Fäulnisprozeß schreitet trotzdem ungehindert vorwärts, bis der Zahn vollständig zu Grunde geht.

Ist die Karies bis zur Pulpa vorgedrungen und diese durch Entzündung schmerzhaft geworden, so zerstört man ihre Lebensfähigkeit durch Einlegen einer geringen Quantität Arsenik und verschließt die Höhlung mit Wachs oder Guttapercha; doch darf die Behandlung nur von einem Sachverständigen ausgeführt werden, weil ungeschickte Anwendung dieses starken Giftes umfangreiche Entzündungen des Zahnfleisches, die heftigsten Schmerzen und den Verlust des Zahnes, wenn nicht noch schlimmere Zustände herbeiführen kann. Dieses Verfahren ist als das sogenannte „Nervtöten“ allgemein bekannt. Nachdem die zerstörte Pulpa aus dem Kronenteile und den Wurzeln vollständig entfernt ist, müssen die Nervenkanäle, d. h. derjenige Raum, in dem sich zuvor die Pulpa befand, mit antiseptischen (fäulniswidrigen) Medikamenten (Karbolsäure, Jodoform, Sublimat u. a.) behandelt und mit geeigneten Stoffen ausgefüllt werden. Man verwendet hierzu Guttapercha, Zement, karbolisierte oder jodoformierte Wattefäden ꝛc.; doch hängt der Erfolg weniger von der Wahl des Materials als von der gewissenhaften und geschickten Ausführung der Operation ab. Bleibt ein Teil der zerstörten Pulpamasse im Kanal zurück,

so kann sie über kurz oder lang Entzündung der Wurzelhaut erzeugen.

Zum Ausfüllen hohler Zähne gebraucht man vorzugsweise: chemisch reines Gold, Zinn und Gold mit einander verbunden, Amalgam, Phosphatzement und Guttapercha.

Gold ist dasjenige Material, welches für die Erhaltung der Zähne die wertvollsten Eigenschaften besitzt, doch kann man es nicht für alle Fälle anwenden. Eine Goldfüllung ist wegen der Kostbarkeit des Metalles, wegen der großen Schwierigkeit, Mühe und des Zeitaufwandes, die ihre Anfertigung erfordert, sehr teuer, doch sollte man jeden Zahn, welcher sich für eine Goldfüllung eignet, mit keinem anderen Material ausfüllen lassen, da ihre Haltbarkeit eine bei weitem größere ist, als die der anderen Substanzen. Gold läßt sich wasserdicht an die Zahnwandungen pressen, besitzt genügende Härte für das Kauen und verändert weder seine Form noch Farbe, weil es von Säuren nicht angegriffen wird. An den Vorderzähnen ist eine Goldfüllung zuweilen sichtbar; manche Leute werden deshalb für diese Zähne aus Schönheitsrücksichten eine Füllung vorziehen, die dem Zahne in Bezug auf Farbe ähnlich ist.

In den letzten Jahren benutzt man für Back- und Mahlzähne namentlich jugendlicher Personen eine Verbindung von chemisch reinem Zinn und Gold. Diese Mischung verändert ihre Farbe im Munde, sie wird dunkelgrau, ist deshalb für Vorderzähne nicht verwendbar, doch hat sie den Vorzug, daß sie in viel kürzerer Zeit als Gold eingeführt werden kann und den Zahn ebenso sicher erhält wie dieses.

Amalgam nennt man die Verbindung eines oder mehrerer Metalle mit Quecksilber. Für zahnärztliche Zwecke benutzt man ein Gemisch von Silber, Zinn, Gold, Platina und einen geringen Zusatz von Quecksilber, welches aber absolut nicht gesundheitsschädlich ist, weil es zum großen Teil, bevor es in die Höhlung gelangt, wieder ausgepreßt wird und sich mit den anderen Metallen innig verbindet. Amalgamfüllungen werden

in plastischer Form verarbeitet, und erhärten innerhalb 1 bis 2 Stunden; sie verändern ihre Farbe im Munde, nehmen eine dunkelgraue, oft schwarze Färbung an, die sich zum teil auf den Zahn überträgt und diesem ein dunkelblaues, unschönes Aussehen verleiht, weshalb sie für vordere Zähne gar nicht verwendet werden sollten. Die meisten Amalgampräparate ziehen sich während des Erstarrungsprozesses mehr oder weniger zusammen, füllen daher die Höhlung nicht so vollkommen aus, wie es erforderlich ist, um mit Sicherheit das Wiedererscheinen der Karies an den Rändern der Füllung zu verhüten; doch können sie unter günstigen Verhältnissen eine Reihe von Jahren halten. Man benutzt sie für das Füllen der Milchzähne und solcher bleibender Backzähne, für welche Gold nicht mehr geeignet ist.

Phosphatzement ein der Zahnfarbe sehr ähnliches Präparat, besteht aus einem weißlich-gelben Pulver und einer Flüssigkeit oder Kristallen, die vor dem Gebrauch durch Erwärmen über eine Spiritusflamme aufgelöst werden. Durch Mischung beider Bestandteile erhält man eine weiche, kittähnliche Masse, welche, nachdem sie in den Zahn eingeführt ist, innerhalb 5 bis 10 Minuten erhärtet. Zementfüllungen widerstehen den Einwirkungen der sauren Mundflüssigkeiten bedeutend weniger als Gold oder Amalgam, weil sie durch Säuren allmählich zersetzt werden; man rechnet 2 bis 3 Jahre als Durchschnittszeit ihrer Haltbarkeit, doch bleiben sie in manchem Munde 6 bis 8 Jahre unzerstört. Man verwendet sie zum Füllen sichtbarer Höhlungen der Vorderzähne, für sehr dünne zerbrechliche Zähne und für die Milchzähne.

Guttapercha ist für das Ausfüllen der Seitenflächen der Zähne jugendlicher Personen im Alter von 8 bis 15 Jahren ein sehr wertvolles Material. Es ist sehr leicht und schnell einzuführen, wirkt schmerzlindernd auf empfindliches Zahnbein und schließt die Höhlung absolut wasserdicht ab. Man kann es nur für seitliche Zahnflächen, nie an den Kauflächen be-

nutzen, weil es zu weich ist, um dem Kauen dauernd Widerstand zu leisten, selbst in den Seitenflächen muß es zuweilen nach ein oder zwei Jahren erneuert werden.

Die Haltbarkeit einer Füllung hängt nicht immer von der Geschicklichkeit und Sorgfalt des Zahnarztes ab, sondern auch von der Form und Lage der Höhlung, der Stellung und Beschaffenheit der Zähne, ihrer Pflege und dem Gesundheitszustande des Patienten. Wurzeln und arg zerstörte Zähne, welche sich nicht mehr füllen lassen, sollten sofort entfernt werden. Sie erschweren die Reinhaltung des Mundes, bilden Schlupfwinkel für Speisereste und machen den Atem übelriechend; auch schaden die von ihnen im Gärungsprozeß erzeugten Säuren den Nachbarzähnen, die bald den schädlichen Einwirkungen unterliegen. Schlechte Zahnreste sind häufig mit Zahnfleischgeschwüren behaftet, deren Eiter sich in den Mund ergießt, mit den Nahrungsmitteln in den Magen gelangt, und im Laufe der Zeit zu Verdauungsstörungen Anlaß geben können.

8. Zahnschmerzen.

Obgleich wir das Selbstkurieren der Zahnschmerzen in den vorhergehenden Kapiteln als nutzlos bezeichnet haben, weil nur rationelle zahnärztliche Behandlung deren Wiederkehr dauernd zu verhüten im stande ist, wollen wir doch für diejenigen, welche nicht in der Nähe eines Arztes oder Zahnarztes wohnen, die am häufigsten vorkommenden Ursachen der Zahnschmerzen und einige Mittel zu deren Linderung erwähnen.

Zahnschmerzen sind die Folge der verschiedensten Erkrankungen, welchen die Zähne unterworfen sind. Man unterscheidet zweierlei Arten von Zahnschmerz: solche, deren Entstehung von örtlichen Ursachen abhängen, und solche, welche durch Allgemeinstörungen des menschlichen Organismus erzeugt werden. Wir werden hier nur die erstere besprechen, da die letztere der Behandlung des Hausarztes zufällt.

Zahnschmerzen werden fast immer durch äußere Reize, welche auf die Pulpa wirken, diese entzünden und allmählich deren Verfall herbeiführen, erzeugt. Ist die Zahnkaries durch die harte Schmelzlage gedrungen und hat einen Teil des Zahnbeins zerstört, so daß die Höhlung sich der Pulpa nähert, entsteht zunächst durch Säuren, welche sich durch Gärung im Munde entwickeln, durch Temperaturwechsel, in die Höhle eingedrungene Speiseteile u. s. w. eine leichte Schmerzempfindung, welche aber wieder verschwindet, sobald die Schmerzerreger beseitigt werden. Wird die Höhlung größer und die Pulpa freiliegend, treten gewöhnlich sehr heftige, Stunden und oft Tage und Wochen hindurch anhaltende Schmerzen auf, welche die Entzündung der Pulpa kennzeichnen. In diesem Falle entferne man sorgfältig alle Speisereste, welche sich in der Höhlung befinden, trockne diese mit Wundschwamm oder absorbierender Watte aus und lege ein Wattebäuschchen ein, welches mit

Rp. Chloroform. 2,0
Ol. caryophyll.
Tinct. opii aa 1,0
Acid. carbolic. 0,5
M.D.S. Zahntropfen.

getränkt ist. Der Schmerz läßt gewöhnlich gleich nach, kehrt jedoch durch erneuerte äußere Reize bald wieder.

Nach einiger Zeit entsteht an der entzündeten Pulpa Eiterung und ihre Lebensfähigkeit geht zu Grunde, wodurch die Schmerzen aufhören. Indessen stellt sich oft an solchen pulpalosen Zähnen Entzündung der Wurzelhaut ein, welche sich durch außerordentliche Empfindlichkeit des Zahnes und seiner nächsten Umgebung äußert. Eiswasser, welches man in den Mund nimmt und gegen den schmerzhaften Zahn hält, verschafft zuweilen etwas Linderung; wirksamer ist das Bepinseln des Zahnfleisches mit einer Mischung von Tinct. Aconit. und Tinct. Jod. zu gleichen Teilen, doch darf man dieses Medikament

höchstens zwei bis dreimal täglich anwenden, weil zu häufiger Gebrauch der Jodtinktur die obere Lage der Schleimhaut ablöst. Aconit ist ein stark wirkendes Gift, vor dessen Verschlucken man sich hüten muß. Zur Beseitigung der Wurzelhautentzündung legt man auch ein Capsicum oder Senfpflaster auf das Zahnfleisch, schneidet dieses in der Nähe der erkrankten Wurzel kräftig ein oder setzt zwei Blutegel an das Zahnfleisch. Abführmittel sind bei derartigen Krankheitserscheinungen der Zähne sehr zu empfehlen.

Die hier angeführten Mittel sollen eine Abszeßbildung verhindern; gelingt dies nicht, so entschließe man sich, den kranken Zahn entfernen zu lassen. Vordere Zähne, deren Erhaltung ganz besonders wünschenswert, können durch geschickte zahnärztliche Behandlung auch selbst noch in diesem Stadium der Entzündung geheilt und durch Füllen viele Jahre konserviert werden. Der Bildung eines Abszesses geht starke Anschwellung des Zahnfleisches und der ganzen Gesichtshälfte voran. Um den Durchbruch des Geschwürs zu beschleunigen, lege man in heißer Milch gewärmte Feigenstücke oder Rosinen auf das entzündete Zahnfleisch und spüle den Mund häufig mit warmer Milch aus. Sobald das Zahnfleisch an der Stelle, wo der Eiter unter der Oberfläche bemerkbar ist, weich und beim Druck leicht nachgiebig wird, mache man einen Einschnitt in das Zahnfleisch, um dem Eiter einen Ausweg zu schaffen. Sofort läßt die Spannung und der Schmerz nach und die Geschwulst verschwindet in kurzer Zeit.

Zeigt sich an der Außenseite der Wange eine harte, stark gerötete Stelle, so liegt die Gefahr nahe, daß das Geschwür nach außen hin aufbrechen und eine Zahnfistel entstehen kann. Man zögere dann nicht, die Entfernung des Zahnes *sofort* zu veranlassen. Häufig treten Ohrenstechen, Schmerzen in der Schläfengegend, Gesichtsreißen u. s. w. auf. Der Patient glaubt, an nervösen oder rheumatischen Zahnschmerzen zu leiden, doch ist meistens ein kranker Zahn mit freiliegender

entzündeter Pulpa die Ursache der Schmerzempfindung, obgleich in den Zähnen selbst gar kein Schmerz vorhanden ist. Derartige Reflexerscheinungen können sogar Taubheit und gestörtes Sehvermögen im Gefolge haben.

Der Patient ist nicht immer im stande, mit Sicherheit denjenigen Zahn bestimmen zu können, von welchem die Schmerzen ausgehen, und darf der Zahnarzt sich nicht auf die Angaben der Patienten verlassen, sondern muß eine sorgfältige Untersuchung des ganzen Mundes vornehmen, damit er nicht etwa — wie es den Barbieren, Heildienern, Dorfschmieden und ähnlichen Heilkünstlern leider häufig passiert — einen gesunden anstatt des kranken Zahnes auszieht.

9. Der Einfluß der Nahrungs- und Genußmittel auf die Zähne.

Es ist eine erwiesene Thatsache, daß mit dem Fortschreiten der Zivilisation, mit der höheren Stufe der Kulturentwickelung auch das Vorkommen der Karies häufiger wird. In Europa ist sie eine allgemein verbreitete Krankheit, welche bei wilden Völkern bisher nur wenig oder gar nicht beobachtet worden ist.

Die Kiefer der Neger, Hottentotten u. s. w. sind außerordentlich starkknochig, groß und sehr hervortretend. Die Zähne, welche an Zahl und Größe sich von denen zivilisierter Völker nicht unterscheiden, finden naturgemäß in dem größeren Kiefer hinlänglich Raum für ihre Entwickelung und Stellung. Mit dem Fortschreiten der Kultur nimmt die Größe des Gehirns zu. Seine Ausdehnung bedingt die Vergrößerung der Schädelknochen, wodurch die übrigen Knochen des Kopfes, besonders die Kiefer, eine Verringerung ihres Umfanges erleiden. Die bleibenden Zähne sind in einem kleinen Kiefer oft gezwungen, anstatt neben- hintereinander durchzubrechen, infolge dessen eine gedrängte und unregelmäßige Stellung derselben entsteht, die das Festklemmen der Speisereste zwischen den Zähnen ermög-

licht. Auf diese Weise werden schon in jugendlichem Alter Zustände geschaffen, welche das Auftreten der Zahnfäulnis außerordentlich begünstigen.

Wissenschaftliche Forschungen haben ergeben, daß die Zubereitung und Bestandteile unserer Nahrungsmittel zu wenig geeignet sind, die kräftige Entwickelung der Kieferknochen und die Bildung einer widerstandsfähigen Zahnstruktur zu fördern.

Jedes Organ, welches seiner Bestimmung entsprechend gebraucht wird, nimmt an Größe und Leistungsfähigkeit zu; wird es dagegen nicht angehalten, die ihm von der Natur zuerteilten Funktionen in ausreichender Weise zu erfüllen, so verkümmert es und verliert an Widerstandsfähigkeit. Dieses Naturgesetz trifft auch den Kauapparat des Menschen.

Der noch nicht kultivierte Mensch nährt sich vorzugsweise von rohem oder nur wenig gekochtem Fleisch und solchen Speisen, deren Zerkleinerung größere Anforderungen an seine Kaumuskeln stellen, während unsere weichgekochten Speisen nur geringen Kraftaufwand zu ihrer Zermalmung beanspruchen. Die Kiefer erlangen deshalb während ihres Wachstums nicht die Stärke und Ausdehnung, welche erforderlich ist, um den durchbrechenden Zähnen entsprechenden Raum für ihre normale Stellung zu gewähren.

Auch die Bestandteile unserer Nahrungs- und Genußmittel unterstützen die Entwickelung der Zähne nur unvollkommen. Wie bereits früher erwähnt, bestehen die Zähne zum größten Teile aus Ablagerungen von Kalksalzen. Werden diese dem Körper in ungenügender Menge zugeführt, so erreicht die Struktur der Zähne nicht die Härte, welche den zerstörenden Wirkungen der im Munde vorkommenden Säuren erfolgreichen Widerstand zu leisten vermag. Diesen Mangel unserer gewohnten Kost kann man durch Beimengen einer kleinen Quantität phosphorsauren Kalkes, der völlig geschmacklos ist und sich leicht in jeder Flüssigkeit löst, ausgleichen. Eine Säugende nehme drei- bis viermal täglich eine Messerspitze des Salzes.

Ist das Kind entwöhnt, so gebe man ihm in seine Suppe oder Milch etwa dreimal täglich von demselben Präparat. Dies kann bis zum 9. oder 10. Lebensjahre fortgesetzt werden. Professor Miller hat in einer kürzlich erschienenen wissenschaftlichen Arbeit nachgewiesen, wie wichtig der Genuß von kalkhaltigen Nahrungsmitteln für den Aufbau des Knochengerüsts und der Zähne ist. Experimente, die er an Tieren vorgenommen, haben ergeben, daß der Mangel an phosphorsaurem Kalk in den Speisen schwere Störungen des wachsenden Knochensystems und der Zähne verursacht.

Manche in der Nahrung vorhandenen Bestandteile in Berührung mit Speichel gebracht, gehen schnell in Gärung über, wodurch Säure gebildet wird. Hierher gehört in erster Reihe der Zucker, welcher in der Ernährung unseres Körpers eine wichtige Aufgabe zu erfüllen hat. Nicht die mechanische Wirkung des Zuckers ist den Zähnen so sehr nachteilig — obgleich das Zerbeißen von hartem Zucker, Bonbons ꝛc. ebenfalls vermieden werden sollte, weil es leicht Brüche, Sprünge und Risse des Zahnschmelzes verursachen kann — sondern die aus seinen Überbleibseln entstehende Milchsäure, welche eine außerordentliche Fähigkeit besitzt, den Zähnen ihre Kalksalze zu entziehen. Diese Milchsäure entsteht im Munde durch Einwirkung der Mundpilze auf die zurückgebliebenen Zuckerreste.

Hohle ungefüllte Zähne, faulige Wurzelreste und mangelhafte Zahnpflege begünstigen und beschleunigen diesen chemischen Vorgang, indem sie eine Brutstätte für die Pilzvegetation darbieten.

Wie mächtig die zerstörende Wirkung der Milchsäure ist, wie schnell sie ihre vernichtende Thätigkeit ausübt, kann man an den blauschwarzen Zähnen der Konditoren und Zuckerbäcker beobachten. Die Atmosphäre, in welcher diese Leute den größten Teil ihrer Zeit zubringen, ist mit Zuckerstaub angefüllt, welcher beim Öffnen des Mundes mit den Zähnen in Berührung gelangt und diese innerhalb weniger Jahre total zu Grunde richtet.

Sind die Zähne stark, unverletzt und von normaler Form und Stellung, so daß sich keine Speisereste festklemmen können, und wird der Mund sorgfältig gereinigt, die Zähne gut gepflegt, so fehlen die Bedingungen, unter denen Zucker schädlich auf sie wirken kann.

Saure Früchte — Äpfel, Birnen, Weintrauben, Erdbeeren, Johannisbeeren u. s. w. — schaden, wie wissenschaftlich nachgewiesen worden ist, in mäßiger Menge genossen bei guter Zahnpflege den Zähnen nicht; dagegen hat man den schnellen Verfall der Zähne nach Obst- und Traubenkuren vielfach beobachtet. Auch das Aussaugen von Zitronen und der häufige Genuß von säurehaltigen Speisen und Getränken — Limonade, saure Weine 2c., greifen den Zahnschmelz an.

Dem Zahnarzt wird oft die Frage vorgelegt: „Wie kommt es, daß die Zähne der Bauern so sehr viel besser sind, als die der Stadtbewohner?“ Die Erklärung für diese Thatsache ist einerseits in dem kräftigen Knochenbau dieser Leute zu suchen, andererseits aber auch in deren Lebensweise und Kost. Der Bauer ernährt sich von frühester Jugend an vorzugsweise von grobem Roggenbrot, Bohnen, Erbsen, Hafergrütze, welche Nahrungsmittel alle einen hohen Gehalt von phosphorsaurem Kalk besitzen, während unsere verfeinerten Speisen nur eine geringe Menge dieses für den Aufbau des Knochengerüstes und der Zähne so wichtigen Bestandteiles enthalten. Ferner erfordert das Zermalmen der gröberen ländlichen Kost auch mehr Anstrengung der Zähne und Kiefer, wodurch deren Entwickelung und Wachstum gefördert wird; auch übt das Kauen des Roggenbrotes eine mechanische Reibung auf die Zähne aus, welche den Gebrauch der Zahnbürste bis zu einem hohen Grade ersetzt.

Während schwerer Krankheiten bieten die Zähne der Zahnkaries ein besonders günstiges Feld. Das Reinigen des Mundes kann nicht mit der erforderlichen Gewissenhaftigkeit vorgenommen werden, der Verdauungsvorgang ist gestört und der Speichel

zeigt saure Reaktion. Werden dann noch scharfe Medikamente, besonders Säuren, die eine direkt zerstörende Wirkung auf den Zahnschmelz ausüben, vom Patienten eingenommen, so unterliegen die Zähne leicht den Angriffen derselben und gehen schnell zu Grunde. Auch der längere Gebrauch von Mineralwassern schadet den Zähnen. Es wird zwar angeraten, solche Wasser durch Glasröhren zu trinken, doch schützt das nur unvollkommen, denn beim Schlucken kommt es mit den Zähnen sicher in Berührung. Zweckmäßiger ist es, nach dem Brunnentrinken den Mund sofort gut auszuspülen und die Zähne mit präparierter Kreide, welche die Säure abstumpft, zu reinigen.

Blutarme und bleichsüchtige Personen haben meistens sehr weiche, d. h. an Kalkgehalt arme Zähne; der Verdauungsprozeß ist durch ungenügende Thätigkeit der Verdauungsorgane erschlafft, der Speichel ist säurehaltig und die Gärung im Munde bedeutend. Zur Verbesserung der Blutmischung verordnet der Arzt Eisenpräparate, welche außerordentlich zerstörend auf den Zahnschmelz einwirken. Da aber der allgemeine Gesundheitszustand in erster Reihe steht, so muß der Patient trotz dessen den ärztlichen Anordnungen Folge leisten und die empfohlenen Medikamente einnehmen, deren schädlichen Einfluß nur sofortiges Reinigen des Mundes abschwächen kann. Wenn möglich sollte man Eisenpräparate nur in Pillenform gebrauchen.

10. Künstliche Zähne.

Der Verlust der natürlichen Zähne raubt dem Munde seine Hauptzierde, dem Kaugeschäft das notwendigste Werkzeug und der Sprache ein wichtiges Hilfsmittel zur Bildung des deutlichen verständlichen Wortes. Es ist daher sehr erklärlich, daß schon von jeher Versuche gemacht wurden, die verlornen so wertvollen Organe durch künstliche Vorrichtungen, welche die Natürlichkeit des Aussehens mit dem Nutzen der praktischen Verwendbarkeit vereinen, zu ersetzen.

Seit Jahrtausenden ist die Zahntechnik Gegenstand besonderer Aufmerksamkeit gewesen, und haben die alten Ägypter, Perser, Römer u. a. schon bedeutendes auf diesem Gebiete geleistet. Während man in früheren Zeiten Menschenzähne, Knochen, Elfenbein, Walroß u. s. w. zum Zahnersatz verwendete, besitzen wir heute eine Auswahl von künstlichen, fabrikmäßig hergestellten Porzellanzähnen, welche zum größten Teile aus Kieselerde, Feldspat und Kaolin bestehen und in Bezug auf Form und Farbennüancierung den natürlichen Zähnen täuschend ähnlich sind.

Lücken, namentlich in der vorderen Zahnreihe entstellen das Gesicht und erzeugen eine unschöne Aussprache. Der Zahnlose muß die Nahrungsmittel nur mangelhaft zerkaut den Verdauungsorganen zuführen, wodurch erhebliche Störungen des Wohlbefindens entstehen können. Künstliche Zähne beseitigen diese Übelstände vollkommen: sie sind eine Wohlthat für diejenigen, welche sich nicht mehr des Besitzes ihrer natürlichen Zähne erfreuen. Hat man sich an das Tragen eines Zahnersatzstückes gut gewöhnt, so erfüllt es alle berechtigten Ansprüche, die man an seine Brauchbarkeit stellen kann. Wenn ein Vorderzahn oder mehrere Seiten- und Backzähne fehlen, sollte man nicht zu lange zögern, die Hilfe des Zahnarztes in Anspruch zu nehmen, weil die noch vorhandenen Zähne, sobald sie der Stütze ihres Nachbarn und Gegenübers im Gegenkiefer entbehren, die Stellung verändern, wodurch die spätere Anfertigung künstlicher Zähne sehr erschwert werden kann. In den meisten Fällen muß der Mund für die Aufnahme eines Zahnersatzstückes vorbereitet werden. Lockere und mit Eiterung behaftete Wurzelreste sollen stets entfernt werden, weil sie unter der Gebißplatte einen der Fäulnis und Gärung besonders günstigen Herd bieten, den Atem verpesten und die noch vorhandenen gesunden Zähne bald zerstören. Ein anderer Grund zur Entfernung wertloser Wurzeln ist deren allmähliches Hervortreten aus dem Kieferknochen, infolge dessen eine voll-

kommen gut angepaßte Platte aus ihrer Lage verschoben wird, dem Kiefer nicht mehr korrekt anliegt und vom Patienten nur mit großer Unbequemlichkeit getragen werden kann. Lockere Zähne und Wurzeln fallen bald von selbst heraus; die Kieferoberfläche verändert ihre Form und entspricht nicht mehr der Basis des Gebißstückes. Zuweilen entfernt man auch aus Schönheitsrücksichten, oder weil das bessere Passen der Ersatzstücke es erforderlich macht, einen oder mehrere gesunde, in ganz abnormer Stellung befindliche Zähne.

Starke, gesunde Wurzeln, besonders der oberen 6 Vorderzähne, sucht man zu konservieren, um die Gestalt der Kiefer zu erhalten; doch müssen sie sorgsam ausgefüllt werden, damit sie den Speisenresten keinen Schlupfwinkel bieten und nicht durch Fäulnis zu Grunde gerichtet werden können. Überragende Knochenreste werden bis zum Zahnfleischrande abgetragen, um einen genauen Anschluß der künstlichen Zähne an das Zahnfleisch zu ermöglichen. Kariöse Zähne, welche dem Gebißstück zur Befestigung dienen, müssen durch Ausfüllen möglichst lange vor Verfall geschützt werden.

Nach der Entfernung solcher Zähne und Wurzeln, deren Erhaltung auf längere Zeit nicht möglich ist, tritt Aufsaugung der Zahnfachwände und Heilung der verwundeten Kieferfläche ein, die je nach der Größe des operativen Eingriffs 3 bis 6 Monate in Anspruch nimmt. Eine Gebißplatte, welche man einige Tage oder Wochen nach dem Ausziehen — sobald die Entzündung des Zahnfleisches gewichen — einsetzt, wird nach 3 bis 4 Monaten, oft noch früher, unpassend. Da aber viele Patienten nicht längere Zeit ohne Zähne bleiben wollen, so fertigt man ein provisorisches Gebiß an, welches bis zur Beendigung des Vernarbungsprozesses getragen werden kann.

Ist ein einzelner Schneide- oder Eckzahn zu ersetzen und die Wurzel der verlorenen Krone noch stark und gesund, so eignet sich für einen solchen Fall ein Stiftzahn am besten. Derselbe besteht aus einer künstlichen Krone, an der sich ein

Gold- oder Platinastift befindet, welcher in der Wurzel befestigt wird. Der Stiftzahn ist entschieden die beste Form des Zahnersatzes; er belästigt den Patienten gar nicht, ist sehr haltbar, läßt sich gut reinigen und ersetzt den natürlichen Zahn in jeder Beziehung vollkommen.

Will man mehrere Zähne ersetzen, so werden diese an einer Platte befestigt, welche der Form des Kiefers, beziehungsweise des Gaumengewölbes genau angepaßt sein müssen. Starke, gesunde Seiten- und Backzähne können zur Befestigung der Platte im Munde benützt werden, indem man sie mit Klammern umgiebt, welche an der künstlichen Platte angebracht sind; diese sollten so breit sein, daß sie den Zahn vom Zahnhalse bis zur Kaufläche etwa zwei Drittel seines ganzen Umfanges umschließen; aus feinem Draht gefertigte Klammern scheuern den Zahn infolge der mechanischen Reibung im Laufe weniger Jahre durch. Obgleich Klammerstücke den ihnen zur Befestigung dienenden Zähnen nachteilig sind, indem sie das Ansetzen von Speiseresten, welche in Gärung übergehend Milchsäure bilden, begünstigen, ist man dennoch in einzelnen Fällen gezwungen, sie für solche Mundverhältnisse, welche keine andere Form des Zahnersatzes gestatten, anzuwenden.

Weit mehr ist die Adhäsionsplatte (Luftdruck- oder Saugeplatte) in Aufnahme gekommen. Diese bedeckt den ganzen harten Gaumen; sie wird durch äußeren Luftdruck in ihrer Lage gehalten, indem der Patient die zwischen der Platte und Schleimhaut des Mundes befindliche Luft durch Saugen entfernt. Sind nur vereinzelte oder gar keine Zähne mehr im Munde vorhanden und ist das Gaumengewölbe sehr flach, der Kieferrand wenig hervorstehend, so kann man durch Anbringung goldener Spiralfedern, welche das obere Ersatzstück mit dem untern verbinden, eine festere Lage desselben erzielen.

Die Platten, an denen die künstlichen Zähne befestigt werden, stellt man fast ausschließlich nur noch von Metall (Gold, Platina) oder vulkanisiertem Kautschuck her. Metall-

gebisse haben den Vorzug, daß sie haltbarer und angenehmer im Munde sind und sich leichter reinigen lassen als Kautschuck, doch sind sie auch erheblich teurer, weil man im Munde nur edle Metalle verwenden darf und ihre Anfertigung bedeutend mehr Zeit und Mühe erfordert. Kautschuckpiecen, wenn sie sorgfältig nach jeder Mahlzeit gereinigt werden, erfüllen in den meisten Fällen ihren Zweck vollkommen.

Der Patient muß Geduld und Ausdauer besitzen, um sich an eine künstliche Platte zu gewöhnen. Wenn dieselbe auch zuerst einige Unbequemlichkeit verursacht, das Sprechen und Kauen erschwert, — ja bei manchen nervösen Leuten sogar Brechreiz erzeugt, darf man doch nicht gleich annehmen, daß es unmöglich sei, sich mit dem neuen Kauapparat vertraut zu machen. Nach kurzer Zeit, meistens schon nach wenigen Tagen, in einzelnen Fällen erst nach mehreren Wochen, erlangt man die Fertigkeit, mit dem künstlichen Zahnersatz tadellos zu sprechen und gut zu kauen, und empfindet dann den Besitz desselben als eine unentbehrliche Wohlthat.

Während der Nacht kann man größere gut sitzende Gebißplatten im Munde behalten, dagegen dürfen kleinere Piecen, besonders solche, an denen die Klammern verborgen oder abgebrochen sind, über Nacht nicht im Munde bleiben, weil solche während des Schlafes in die Luftwege geraten oder verschluckt werden könnten.

Rezept-Anhang.*)

Die fehlenden Rezeptnummern sind absichtlich weggelassen.

Nr.

2 **Präparierte Mandelkleie**
Mandelkleie 40,00 (= 40 gr)
Marseillerseife 7,5
Getrocknet. kohlens. Natron 5,0
Gepulverte Iriswurzel 5,0
Bergamottöl 4 Tropfen

3 **Teintwasser**
Borax 10,00
Neroliwasser
Rosenwasser je 125,00
Benzoetinktur 4,00

4 **Jungfernmilch**
Benzoetinktur 7,5
Orangenblütwasser 250,00

6 **Walratcerat**
Wallrat
Weißes Wachs je 10,0
Mandelöl 15,0

7 **Rote Lippenpomade**
Wallrat 3,0
Weißes Wachs 20,0
Mandelöl 30,0
Durch Alkanna rot gefärbt und in Tafeln od. Stangen gegossen.

8 **Kristallpomade**
Wallrat 5,0
Mandelöl 40,0
Gepulv. Benzoeharz 3,0
Zusammengeschmolzen, durch Mull filtriert und langsam erkalten gelassen.

9 **Veilchenpulver**
Weizenstärke 750,0
Veilchenwurzelpulver 125,0
Zitronenöl 1,75
Bergamottöl 1,25
Nelkenöl 1,00

10 **Toilettenpulver von Pistazien**
Mehl von ausgepreßten Pistazien
Feinste venetian. Kreide je 70,0
Rosenöl
Lavendelöl je 0,1
Ist nicht billig.

---

*) In dem Anhang sind die Vorschriften der in dem Buch genannten Mittel und Rezepte zusammengestellt, um auf diese Weise jeden in den Stand zu setzen, sich die gewünschten Sachen entweder, soweit das angängig ist, selbst zu machen, oder in der nächsten Apotheke bestellen zu lassen. Weil sich aber doch manche Präparate entweder nur bei besonderer Übung oder bloß mit Hilfe gewisser, nicht überall vorhandener Apparate, oder endlich nur bei ihrer Herstellung im großen gut und in tadelloser Beschaffenheit bereiten lassen, so habe ich einen mir seit langen Jahren als gewissenhaft und tüchtig bekannten Apotheker, Herrn Wegener, Inhaber der Apothete in Reinfeld in Holstein, veranlaßt, die Anfertigung und Versendung aller genannten Mittel zu übernehmen. Im ganzen wird es auch am geratensten sein, das Gewünschte von hier zu beziehen, da immer eine gewisse Übung dazu gehört, die Sachen tadellos herzustellen, eine Übung, die man natürlich in einer Apotheke nicht findet, wo nur zufällig das eine oder andere der hier genannten Mittel einmal gemacht wird. — Schönheitsmittel, welche Blei oder andere Gifte enthalten, sind davon jedoch vollständig ausgeschlossen, und Mittel, welche (das manchmal unentbehrliche) Quecksilber auch nur in kleinen Mengen enthalten, können in deutschen Apotheken nur auf ärztliches Rezept verabfolgt werden. Es bestehen zwar gleiche Verbote für andere Verkäufer (Droguisten, Friseure), werden aber wohl nicht überall gleich gewissenhaft beobachtet.

Nr.

11 **Flüssiges Perlweiß**
Wismutweiß 30,0
Orangenblütwasser 100,0

12 **Gesichtspulver**
Wismutweiß 12,0
Weizenstärke 100,0

13 **Perlpulver**
Weizenstärke 100,0
Wismutweiß
Zinkweiß je 6,0

14 **Rosenschminke**
Feinster Karmin 7,0
Aetzammoniak 15,0
Rosenwasser 500,0
Esprit de Rose triple 16,0

15 **Schminkpulver**
Karmin 1,0
Präparierter Talg 20,0
Kohlensaure Magnesia 4,0

17 **Einf. Sommersprossenwasser**
Borax 15,0
Rosenwasser 100,0
Kölnisches Wasser
Glycerin je 50,0

18 **Lilionèse**
Borax 10,0
Kohlensaures Kali 5,0
Rosenwasser
Himbeerwasser je 75,0
Kölnisches Wasser 25,0

19 **Lilionèse**
Borax 10,0
Kolensaures Kali 5,0
Rosenwasser
Himbeerwasser
Kölnisches Wasser je 80,0
Nach dem Filtrieren wird der Mischung noch hinzugefügt
Präparierter Talk 5,0

20 **Harzstängelchen**
Man braucht davon stets gleichzeitig mehrere.

Nr.

22 **Gowlands Waschwasser** (Gowlands Cosmetic wash)
Bittere Mandeln 10,0
mit Rosenwasser 100,0—200,0
zur Milch angestoßen und durchgeseiht; damit wird gemischt eine Lösung von
Quecksilbersublimat 0,1
Salmiak 0,5
in Alkohol
Kirschlorbeerwasser je 1,5

23 **Aqua Orientalis**
Bittermandelmulsion 300,0
Quecksilbersublimat 0,05
Bezoetinktur 3,0

24 **Crême de beauté**
Süße Mandeln 15,0
mit Orangenblütwasser
und Rosenwasser je 60,0
zur Emulsion angestoßen
Borax 1,0
Benzoetinktur 2,0

25 **Sommersprossenwasser**
Quecksilbersublimat
Salmiak je 2,0
Rosenwasser
Glycerin je 200,0
Kölnisches Wasser 100,0
Kampferspiritus 25,0
nach dem Durchseihen hinzuzufügen
Präparierter Talk 5,0

26 **Mandelteig** (Vorsicht!)
Geschälte und zerstoßene bittere Mandeln 75,0
Rosenwasser 100,0
Weingeist von 85 % 50,0
Bergamottöl 1,0

27 **Rosenmilch**
Geschälte Valencia-Mandeln 25,0
Rosenwasser 100,0
Weingeist von 85 % 12,5
Rosenöl (teuer) 0,5

Nr.

Wallrat
Weißes Wachs
Ölseife je 0,5

28 **Bittermandelmilch** (Vorsicht!)
Geschälte bittere Mandeln 30,0
Rosenwasser 100,0
Weingeist von 85 % 37,5
Bittermandelöl 0,2
Bergamottöl 0,8
Wachs
Wallrat
Mandelöl
Kerntalgseife je 1,5

29 **Glycerin-Crême**
Wallrat 24,0
Weißes Wachs (im Winter) 8,0
„ „ (im Sommer) 12,0
Frisches Mandelöl 100,0
Rosenwasser 75,0
Glycerin 60,0
Rosenöl 10 Tropfen

30 **Flüssige Glycerinseife** nach Hebras Vorschrift.

31 **Seifenpulver**
Mandelkleie 40,0
Weizenmehl 20,0
Iriswurzelpulver 20,0
Marseillerseife 4,0
Borax 2,0

32 **Kosmetische Seifenkugeln** (Savonettes à la Bergamotte)
Mandelkleie
Marseillerseife je 20,0
Gepulverte Iriswurzel 10,0
Benzoetinktur so viel, daß eine Paste entsteht, die zu Kugeln geformt wird.

33 **Einfaches Seifenpulver**
getrocknete, gepulverte Marseillerseife
Feinstes Weizenmehl je 100,0
gut gemischt, Zusatz von Bergamottöl

Nr.

Pomeranzenblütöl je 10 Tr.
Benzoetinktur 10,0 (gr)

34 **Violet Powder**
Reisstärke (Poudre de Riz) od.
Feinstes Weizenmehl 500,0
Gepulverte Iriswurzel 75,0
Ambraessenz
Bergamottöl
Rosenblattgeraniumöl je 10 Tr.
Vgl. Veilchenwurzelpulv. Nr. 9.

35 **Mandelpulver**
Gepulverte und geschälte süße Mandeln 100,0
„ „ bittere Mandeln 20,0
Reisstärke 120,0
Borax, gepulvert
Gepulv. Iriswurzel je 5,0
Bergamottöl
Zitronenöl je 0,5

36 **Poudre d'Amandes aromatisé**
Mandelkleie 100,0
Gepulverte Iriswurzel 60,0
Zitronenöl 1,5
Bittermandelöl 0,2

37 **Frostglycerin, Hautglycerin**
Glycerin 100,0
Pomeranzenblütwasser 12,9
Neroliöl
Bittermandelöl je 0,1

38 **Glycerin-Waschwasser**
Orangenblütwasser 400,0
Glycerin 25,0
Borax 1,5

40 **Kakaobutterpomade**
Mandelöl 20,0
Kakaobutter 10,0
bei gelinder Wärme geschmolzen; beim Erkalten setze zu:
Rosenöl
Bittermandelöl je 1 Tr.

41 **Galens Rosenpomade**
Weißes Wachs 5,0

Nr.

Süßes Mandelöl 20,0
werden zusammengeschmolzen; während des Erkaltens werden unter fortwährendem Umrühren allmählich hinzugefügt
Rosenwasser 15,0

42 **Coldcream**
Englische Vorschrift
Weißes Wachs
Spermacet je 2,5
Mandelöl 15,0
Rosenwasser 15,0
Bereitung wie 41; ist nur im großen von geübter Hand herzustellen.

43 **Coldcream; crême céléste**
Weißes Wachs 4,0
Spermacet 5,0
Mandelöl 42,0
Rosenwasser 16,0
Rosenöl 1 Tr.
Bereitung wie 41.

44 **Salicylvaseline**
Salicylsäure 0,5
Vaseline (amerikanische) 30,0

45 **Salicylsäure-Puder**
Salicylsäure 3,0
Stärkemehl (Poudre de Riz)
Zinkoxyd je 10,0
Präparierter Talk 80,0

46 **Kali-Seifengeist**
Alkaliseife 50,0
bei gelinder Wärme gelöst in Spiritus 25,0
nach dem Erkalten zugesetzt Lavendelspiritus 3,0

47 **Schwefelpaste**
Schwefelmilch 10,0
Glycerin 1,5
Weingeist 60,0
Lavendelspiritus 10,0
Vor dem Gebrauch umzuschütteln.

Nr.

48 **Metallfreier Puder**
Präparierter Talk oder Federalaun
Gepulv. Iriswurzel je 5,0
Stärkemehl 120,0

49 **Kummerfeldsches Waschwasser**
Kampfer 1,0
Gummi arabic. 2,0
Schwefelmilch 12,0
Kalkwasser
Rosenwasser je 100,0
Vor d. Gebrauch umzuschütteln.

50 **Metallfreies Prinzessinnenwasser**
Präparierter Talk
Kohlensaure Magnesia je 12,0
Benzoetinktur 4,0
Rosenwasser 240,0

53 **Hühneraugensalbe**
Salicylsäure 2,0
Zinkoxyd 6,5
Rindertalg 13,0

54 **Schwefelkalkwasser**
Kampfer 1,0
Gereinigte Schwefelblumen 25,0
Kalkwasser 150,0

55 **Boraxlösung**
Borax 10,0
Benzoetinktur 5,0
Rosenwasser 150,0

56 **Nagelpolier-Pulver**
Zinnoxyd 25,0
Bergamottöl und Karmin so viel wie nötig zum Färben.

57 **Tinktur für Nägelkauer**
Quassiatinktur 20,0
Aloetinktur 5,0
Bernsteinöl 1,0

58 **Rosenbandoline**
Tragantgummi 2,0
Rosenwasser 50,0
Rosenöl 0,15

Nr.

Mandelbandoline
Ebenso, statt des Rosenöl aber Bittermandelöl 1 Tropfen.

59 **Haarglanz (Hairgloss, Crême de Mauve)**

Reinstes Glycerin	40,0
Jasminextrakt	10,0
Anilinrotlösung	1/10 Tr.

60 **Oléolisse tonique de Piver**

Frisches Rizinusöl	10,0
Weingeist	30,0
Bergamottöl	5 Tr.

61 **Brillantine**

Glycerin (resp. Rizinusöl)	10,0
leicht parfüm. Weingeist	100,0

62 **Benzoe-Ochsenmarkpomade**

Ochsenmark (gereinigtes)	150,0
Gepulv. Benzoeharz	6,0

Einige Stunden auf 80—90° C. erhitzt und nach dem Filtrieren beim Erkalten mit dem gewünschten anderweitigen Parfüm versehen.

63 **Deutsches Depilatorium**
Zu beziehen durch die Apotheke in Reinfeld i. H. Bereitungsweise s. im Text.

64 **Rosmarinhaarwasser**

Borax	3,0
Rosmarinwasser	150,0
Glycerin	7,5

65 **Benzoevaseline**

Gelbe Vaseline	30,0
Bezoetinktur	1,5
Rosenöl	1 Tr.

67 **Zinkpuder**

Zinkoxyd	20,0
Feinste Reisstärke	20,0
Irispulver	10,0

69 **Höllensteinhaarfärbemittel:**

a) Lösung von Pyrogallussäure.
Weißes Glas. Bezeichnet mit Nr. I.

Pyrogallussäure	1,0
Destilliertes Wasser	50,0

b) Höllensteinlösung zum Schwarzfärben.
Dunkles Glas. Bezeichnet mit Nr. II.

Höllenstein	6,0
Destilliertes Wasser	50,0

Ätzammoniak so viel, daß der entstehende Niederschlag völlig gelöst wird.

d) Jodkaliumlösung zur Entfernung der Silberflecke.

Jodkalium	10,0
Destilliertes Wasser	20,0

e) Lösung von unterschwefligsaurem Natron (zum Fleckenentfernen).

Unterschwefligsaures Natron	6,0
Destilliertes Wasser	75,0

70 **Schwefelkaliumlösung**

Dreifach Schwefelkalium	4,5
Weingeist	75,0

71 **Höllensteinfärbung (mit Schwefelkalium).**

a) Schwefelkaliumlösung.
Weißes Glas. Bezeichnet mit Nr. I.

Dreif. Schwefelkalium	16,0
Weingeist	100,0

(Trocknet schneller als 69a).

b) Höllenst. z. Schwarzfärben.
Dunkles Glas. Bezeichnet mit Nr. II.

Höllenstein	15,0
Destilliertes Wasser	40,0

Ätzammoniak so viel, daß der anfänglich entstehende Niederschlag sich klar löst.
Destilliertes Wasser so viel, daß das ganze 100gr wiegt.

Nr.

c) Höllensteinlösung zum Braunfärben.

Dunkles Glas. Bezeichnet mit Nr. II.

Genau wie 71 b, nur daß man 10—12 gr Höllenstein nimmt, statt 15 gr.

d) und e) wie bei Nr. 69.

72 **Persische Haarfärbung.**

Die einzige zur Zeit bekannte Bezugsquelle ist die Apotheke in Reinfeld.

Gemisch Nr. I schwarz 90 gr Reng u. 30 gr Henna.

Gemisch Nr. II dunkel 80 gr Reng u. 40 gr Henna.

Gemisch Nr. III hell 60 gr Reng u. 60 gr Henna.

Das Nähere giebt der Text auf Seite 300 ff.

Register.

„**A**bbrennen“ 91
Abfallseife 59. 54
Abführmittel 45
Abhärtung 33, der Kinder 35
Abrasieren d. Kopfhaares 243
Abreibungen 41 f.
Absceß d. Zähne 340. 349
Abschneiden d. Spitzen 195
Abtrocknen 104. 106
Achselhöhlenschweiße 129
Adhäsionsplatte 365
Aërophor-Hut 218
Albino 97
Alkoholmißbrauch 146
Altersergrauen 274
Altersglatze 233
Amalgam 353
Angstschweiß 9. 21
Aqua orientalis 95
Atem, übelriechender 333
Auflösung der Haare 186
Augzähne 338
Ausschlag, kritischer 61
Aussprache, schöne 332
Ausziehen der Zähne 350

Backzähne 338
Badekrätze 61
Baden, Verhalten dabei 39
Bäder, kalte 38 f., warme 40
Ballen 123
Balltoilette 35
Bandolinen 210
Bärenfettpomade 243
Barhauptgehen 219
Bartfärbung 312, -Pflege 312
Bartglanz 211
Bartmoden 224. 312
Bart, weiblicher 226 ff.
Bartweiber 226
Behaarung, übermäßige 226
Beingeschwüre 100. 322
Benzoe 79, -Vaseline 246
Bewegungsspiele 38
Bittermandelmilch 111
Bleihaarfärbemittel 292
Bleivergift. d. Schminke 66
Blutegel 357
Blutgefäße d. Haut 7 ff. 328
Blutstockung 324
Bogenkämme 184
Borax 79, gegen Sommersprossen 95
Brillantine 211
Bürste 189. 191 ff. 340.

Cagliostro 74
Carthamin 87
Chinesen, Haartracht 201
Chinesennägel 154
Chloroform 356
Chromacome 299
Citronensäure 126
Coldcreams 113
Cosmetic-Powder 110
Crême de beauté 111
Crême de Mauve 210
Cutis 16
Cyperstrauch 158. 300

Darmkanal und Haut 44
Daumensaugen 340
Denkerstirn 234
Dentin 338
Depilatorium, deutsches 230
Douche 177

Durchfall 334
Durchnässung 28, der Füße 28

Eau d'Appollon 294
Eau Berger 291
Eau de Fée 295
Eeau de Jouvence 74
Eau Lajeune 299
Eau de Princesse 70
Eau de Quinine 252
Eau de Vienne 299
Eckzähne 338
Eczem 92
Eigelb zum Kopfwaschen 179
Eigenwärme des Menschen 24
Einwachsen des Nagels 160
Einwicklungen, kalte 43
Eisenpräparate 353
Eiswasser 356
Elsterneger 98
Email 338
Emulsionen u. Emulsinen 111
Engkamm 175. 192
Entfettung des Haars 296
Enthaarung, künstliche 228
Epidermis 4
Erbgrind 268
Erbleichen, vor Schreck 9
Ergrauen, Alters= 272, nach Typhus 279, plötzl. 277 ff.
Erhitzung des Körpers 27
Erkältung 26
Erkältungsfurcht 33
Erkältungsgefahren 26
Essen und Zähne 358 f.
Essigsäure 126

Farbentond. Hauti. Krank. 32
Farbstoff der Haut 88
Faule Zähne 348 ff.
Favus 268
Federbett 46
Feigen 357
Fensterplatz gefährlich 29
Fettschicht 3
Feuer, strahlende Wärme 48
Fieber 335
Filzhut 216
Filzstreifen Jägers 221
Fingersaugen 340
Finnen 136. 139
Fistel 350. 357
Flanell 76
Flechte, trockene 260. 323
„ scherende 265
„ nässende 254. 323
Franzbranntwein 241
Französisches Weiß 85
Frauenbart 226
Frauenhaar 182 ff.
Frisuren 184 f.
Frost 327
Frottierhandtücher, =Handschuhe 41
Frühaufstehen, früh z. Bett 74
Füllen der Zähne 350 ff.
Fußbad 173
Füße, große und kleine 70, kalte 172, normale 123
Fußschweiße 128
Fußzeug u. Hühneraugen 121

Gang, humpelnder 71
Gänsehaut 12. 77
Gasthofzimm., frischgeheizt 30
Gebißplatte 363 ff.
Gedunsenheit der Haut 47
Gefühlseindrücke 22
Gefühlswärzchen 8
Geheimmittel 246
Gehirnkrämpfe 335
Geschwüre 327. 355.
Gesichtspulver 86
Gesichtsreißen 357
Gesichtsröte 78. 143
Gesundheitsseife 59
Glaçeehandschuhe 80
Glatze 147. 247
Glycerin 112, crême 111, flüss. =seife 57. 108
Gneis 150
Gowlands Wasser 95. 138
Grieskörnchen 152
Grind, nässender 263
Gummibinden 326

Haar 9 f., knotige Auftreibung 320, langes 212, Reinlichkeit 173, Trockenheit 205, Wachstumsgesetz 196
Haare, gesunde, Verhaltungsmaßregeln 251 ff.
Haarausfall 173. 238
Haarbalg 10 f.
Haarboden, schlechte Behandlung 175
Haarerzeugungsmittel 292
Haarfarbstoff 13. 274
Haarfärbung 295, mit Höllenstein 295, persische 300
Haarfärbemittel 290 ff., 288
Haarfettung 203 ff., 11
Haarglanz 210
Haarkultur 167, Einfettung natürliche 11
Haarlosigkeit, angeborene 235
Haarmenschen 214. 226
Haarmoden 216
Haaröl 208
Haarpapille 10
Haarschaft 10
Haarschneiden 14. 195. 199. 202
Haarschwund 232 ff. 235
Haarströme 183
Haarwachstum 196. 13
Haartracht, altdeutsche 168, für Kinder 202
Haarwuchs, guter 177, schwacher 240, stärk. Mitt. 201. 240 übermäßiger 225
Haarwuchsmittel 241 ff.
Haarwurzel 10 f. Zerrung 186
Hair-dye 299
Hair-gloss 210
Hair-restorer 66. 295
Halstuch 36
Hände 81, rote 81, schmutzige 55. 108
Handschuhe 38. 80. 105, lederne 81, b. Nägelkauen 150

Handschweiß 127
Handtuch 76, als Kosmetikum 42, gut u. schlecht 106
Hartleibigkeit 45
Hasenfuß 84
Haut, Elastizität 17
Hautausschlag 335
Haut- oder Frostglycerin 112
Hautgries 151
Hautpapillen 2
Hautpflege, Aufgaben d. 32. 63
Hautschwielen 119, als Berufskennzeichen 18
Haut, Verbrennungen 16
Haut als Wärmeregulator 24
Hautwärzchen 2
Heiße Speisen 347
Helm 200
Henna 157. 301
Herpes 265
Hitze 48
Hohle Zähne 341
Hühneraugen 118
Hühneraugenring 124
Hutleder 221
Hut, Ventilations- 218
Hypermangansaures Kali 291

Irrigator 177
Juckflechte 92
Jugendelixir 74
Julia Pastrana 214. 227

Kahlheit, angeborene 235, kreisfleckige 270
Kahlköpfe, jugendliche 199
Kakerlaken 96
Kaliseifengeist 151
Kalkseifen 56
Kälte, Einfluß auf die Haut 48
Kalte Getränke 347
Kaltwasserkur 34
Kamm 192
Kammzeug, eigenes 250
Kämmen und Bürsten 180 ff. 187
Karmin 87
Kauen 323
Kernseife 53. 54
Kiefer 339 f. 358
Kleiderläuse 92
Kleidung, weibliche 35
Kleienflechte 247 ff.
Kleienwasser zum Kopfwaschen 179
Klettenwurzelextrakt 243
Knäueldrüsen 6
Köchinnen 49, -Hände 104
Kohlenpulver 342
Kokosnußölsodaseife 57
Kopfbedeckung 2 8, männliche 216, weibliche 215, und Haarwuchs 211 ff.
Kopfdouche kalte 177
Kopfgrind 150
Kopfhaut, Reinlichkeit 172
Kopfschweiße 216
Kopfwaschen 176, Wassertemperatur 183
Kopfwaschung, Häufigkeit 178, bei Schinn 252, Scheu davor 174, schlechte Folgen 174
Korkhüte 218
Korsett 72
Kosmetik 31, des Haares 170, industrielle 64, 66, künstliche 63.
Krallennägel 154
Krampfadern 322
Krätze 92
Kratzen 323
Kreide 342
Krinochrom 299
Kristallpomade 81
Küchenhände 104
Kühlsalben 113
Kummerfelds Waschwasser 138. 148
Künstliche Zähne 362 ff.
Kupferröte, -finne, -nase 143
Kupfervitriol 291

Lait antéphèlique 95
Lait virginal 70. 79
Lakenbad 43
Leberflecke 89
Leberleiden, Hautfarbe bei 32
Lederhaut 1
Leibwäsche 43
Leimwasserbäder 328
Leisten, eigener 124
Leuchtgas 84
Lichtentziehung 47
Lilionese 78. 94
Lippenpomade 81, rote 112
Lippenrot 7
Lockenkopf 185
Louffaschwämme 42 f.
Lücken der Zähne 363
Luft, frische 36
Luftgenuß 36
Lutschen der Kinder 340
Lymphgefässe der Haut 7

Magnesia 115
Mahlzähne 338
Maitau 76
Mandelkleie 77. 109
Mandelpulver 111
Mandelseife 58
Mandelteig 111
Männerhaar 197
Marseiller Seife 57, 107 ff.
Märzschnee 76
Maßnehmen 123
Melanogène 295
Milchborke 150
Milchsäure 360
Milchzähne 325 ff., 340, hohle 341
Mineralwasser und Zähne 362.
Mitesser 134
Möndchen des Nagels 15. 156
Morgenfrisur 187
Morgenschlaf 46
Muff 80
Mundkultur 344
Mundwasser 345
Muttermäler 89
Mütze 220. 251

Nachtmütze 222
Nachtschweiß 21
Nägel 9. 14
Nägel, schmutzige 153, abgebissene 154, Abfallen nach Entzündung 15, Pflege 153, Färbung mit Henna 158
Nägelkauen 158
Nägelschneiden 154 ff. 164
Nägelwachstum 15
Nagelwurm 158
Nagelwurzel 14
Nahrung und Zähne 358
Nähtischplatz 29
Nail-Powder 157
Nase, rote 143. 147
Neidnägel 156. 159
Nerv 339, -töten 352
Nesselfriesel 41
Ninons Schönheitsmittel 62
Normalhut 219
Normaltemperatur 24 f.
Nußöl 290

Oberhaut 4 f. 18
Ochsenmark 209
Ohrenstechen 357
Oignon 124
Oleolisse toniq. de Piver 211
Oreiller 203
Osterwasser 76
Ostwind 101

Pelzhandschuh 81
Perlpulver 83. 86
Perlweiß 83. 86.
Perücke 222. 314, -preis 167, für Kahlköpfe 224, im Altertum 222
Platte (Zahn) 365
Plombieren der Zähne 356 ff.
Plötzliches Erröten 9
Pockennarben 100
Polierpulver 157
Pomade 208
Portugiesisches Rot 87
Poudre d'Amandes ar. 111
Poudre de Riz 83. 151
Prinzessinnenwasser 137
Provenceröl 209
Puder, metallfreier 137
Puderquaste 84
Pulswärmer 105
Purpurissimum liquidum 87
Pyrogallussäure 298

Quecksilber-Pflaster 126, -sublimat 95

Rasieren 202. 325, -flechte 326, -seifen 326
Regenwasser 74
Reinlichkeit 43. 173
Reismehl 110, -Wasser 111
Reng 301 ff.
Rheumatismus 29, rheum. Schmerzen 357
Ricinusöl 252
Rißnägel 159
Rosenbandoline 210, -milch 111, pomade 113, schminke 87
Rouge végetal 87
Rückenmarkschwindsucht 132
Rußma 230

Safflorrot 87
Säfte, schlechte 324
Salicylsäure 126, -kollodium 126, -puder 133 ff., -watte 133, -zahnpulver 342
Salmiak 116
Salpetersäure 116
Salzfluß 322
Sandabreibungen 137
Scheckenbildung 98
Scheidewasser 116
Scheitel 168. 169
Scherende Flechte 265
Schinn 146. 232. 247. 254
Schleier 38
Schlemmkreide 342
Schmelz 338
Schmerflechte 254
Schmerfluß 149
Schminke 142, weiße 82, rote 84. 86, -papier 87, -pulver 87, -wasser 85, -Vergiftung 66
Schminken 82
Schneidezähne 337
Schnouda 88
Schnüren, Folgen 71
Schnürleber 73
Schönheitsmittel, giftige 65 f. -pflege 31. 32, rationelle 62, -elixire 69, -wässer 70
Schwanfelle 84
Schwedenkopf 202
Schwefelmittel 83, -paste 138, 148, -säure 116
Schweiß 20 f. 25, kalter 21, übermäßiger 127, -Heilung 129, -blätter 132, Hand-, Fuß-, Achselschweiß 128, -drüsen 6, -leder 221
Schweißgeruch 20
Schweißporen 6
Schwielenbildung d. Haut 18
Seebad 91, -kur 35
Seidenmütze 251
Seifen 49 ff., neutrale 49, Seifensieden 52, Kernseife 53, scharfe 50. 101 f., gefüllte 52, weiche u. harte 53, grüne 126, Soda- 53, medizinische 59, Marseiller oder Öl- 57. 107, Kastilianische 57, „Beschlagen" der Seife 55, täglich gebrauchte 76, größter Verbrauch 110
Seifenkugeln 110, -pflaster 126, -waschung 43. 252
Sommersprossen 92. 79, -salbe 94, -wasser 94
Sonnenbrand 37. 79. 91, -schirm 38
Sonnenschein, Entbehrung 47
Spazierengehen 36. 45
Spiele 38
Spitzen (Haar-) Abschneiden ders. 196, d. krank. Haar. 197

Sprödigkeit der Haut 101
Stahldrahtbürste 191 f.
Stangenpomade 210
Staubkamm 175
Stiefel, enge 70, kurze 70, spitze 124, -druck 124
Stiftzahn 365
Stinkschweiß 128
Stöckelschuhe 71
Stoffmütze 220. 251
Strümpfe, nasse 28
Stubenluft 104
Suettes 132

Tabakschnupfen 74
Talgabsonderung, mangelhafte 103
Talgbildung, übermäß. 139
Talgdrüse, Entleerung 12, Bau 5 f.
Talk 85, -pulver 83, präp. 151
Tannigene 299
Tastgefühl 22, -körperchen 8
Tastsinn 21
Teint, guter 68 ff., und Lebensweise 48, unreiner 77
Teintmittel 109
Terpentinöl 328
Tonsur 167
Tote Zähne 349
Trockene Haut 101. 102
Trocknende Pulver 84

Unreiner Teint 77. 134
Unterdrückung der Fußschweiße ꝛc. 19
Unterhautbindegewebe 3. 31
Unterzeug, wollenes 44

Vaseline 209
Venetianische Kreide s. Talk
Verband, fester 325
Verbrennen 91
Verdauung 331
Verdunstungskälte 25
„Versehen" 87
Verseifung 51
Verstopfung 45. 335.
Verzärtelung 32
Violet-Powder 100
Vitiligo 99

Wachs, grünes 126
Walnußöl 290, -schalen 289
Wärmestrahlung 25. 29, -regulierung 24. 26
Warzen 114
Waschungen 41
Waschwasser, hartes 75. 105 kaltes und heißes 106
Wasser 61, kaltes 36, hartes und weiches 61. 76. 105
Weichselzopf 259. 262
Weisheitszähne 336
Weißschminken 83
Weißsucht 96
Weizenmehl 110
Wespentaille 72
Wimmerln 138
Wismut 83. 86
Wolf 255. 261
Wundschwamm 356
Wundsein 255
Wundwatte 127
Wurzelhaut der Zähne 339

Zahnbein 338
Zahnbürste 340
Zähne 330 ff., Milchzähne 333 f., bleibende 335, hohle 347, -Mißbrauch 347, Krankheiten 347 ff., Fäulnis 349, 359, Karies 347 f., schmerzen 349. 355, künstliche 362 ff., Ersatzstücke 365
Zahnen 334
Zahnfistel 350. 357
Zahnfleisch 341. 346. 350. 355
Zahnkrone 337
Zahnnerv 339
Zahnpulpa 338. 348
Zahnpulver 342.
Zahnreinigung 346
Zahnschmelz 338
Zahnstein 345
Zahnstellung, unregelm. 339
Zahnstocher 345
Zahntropfen 356
Zahnwurzel 337
Zehe, große 121
Zement 347. 354
Zeugstiefel 130
Zöpfe, Auskämmen 182
Zopfbinden 184, -zeit 314
Zornesröte 9
Zucker und Zähne 360
Zug 29, -luft 177
Zurücktr. d. Schweißes 19. 132
Zwiebelsaft 241